

JADŁOSPIS

Poniedziałek 19-02-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Wiejska 450 G (1, 9)	16	34	18	0	0	450
II DANIE:	Zapiekanka makaronowa 250 G (1, 7)	9	4	6	0	0	101
DODATEK:	Surówka z pomidorów w śmietanie 100 G (7)	2	2	10	0	0	58
	Bułeczka z makiem (1, 3, 7)	10	6	48	0	0	292
RAZEM		37	46	82	0	0	901
Wtorek 20-02-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Brokułowa 450 G (7, 9)	24	2	14	0	6	348
II DANIE:	Kotlet z piersi kurczaka 100 G (1, 3, 7)	25	23	8,3	0	4,3	322
DODATEK:	Ziemniaki 200 G	3,7	0,2	31	0	2,9	174
	Surówka z kapusty pekińskiej 100 G (7)	2	0,1	3	28	2,1	86
	Jabłko	0,4	0,4	9,1	0	1,8	57
RAZEM		55	26	65	28	17	987
Środa 21-02-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Jarzynowa 450 G (1, 9)	8	6	21	0	8	136
II DANIE:	Potrawka z kurczaka 100 G (1, 3, 9)	14	5	6	0	0	135
	Ryż 200 G	4,7	0,7	52	0	2,7	195
DODATEK:	Bukiet warzywa na ciepło 100 G	2,7	2	7,2	0	2,4	37
	Jogurt owocowy (7)	10	6	48	0	0	292
RAZEM		39	20	134	0	13	795
Czwartek 22-02-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Krupnik 450 G (1, 9)	27	17	31	0	0	368
II DANIE:	Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 130 G (1, 7, 9)	13	11	24	0	2,7	174
DODATEK:	Ziemniaki 200 G	3,7	0,2	31	0	2,9	174
	Ogórek świeży 100 G	0,6	0,1	2,2	0	0,5	13
	Bułeczka z serem	10	6	48	0	0	292
RAZEM		64	41	184	0	6,1	1313
Piątek 23-02-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Rybna 450 G (1, 4, 9)	30	7	27	0	0	297
II DANIE:	Makaron z musem owocowym 250 G (1, 7)	24	5,5	42	0	4,9	307
DODATEK:	Mandarynka	0,4	0,1	6	0	1,2	53
RAZEM		54	13	75	0	6,1	657

JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM. SZKOŁA

ALERGENY: (1) GLUTEN, (2) SKORUPIAKI, (3) JAJA, (4) RYBY, (5) ORZECHY ZIEMNE, (6) SOJA, (7) MLEKO, (8) ORZECHY, (9) SELER,

(10) GORCZYCA, (11) NASIONA SEZAMU, (12) DWUTLENEK SIARKI, (13) ŁUBIN, (14) MIĘCZAKI

JADŁOSPIS

Poniedziałek 26-02-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Rosół z makaronem 450 G (1, 9)	22	9	30	283	0	592
II DANIE:	Spaghetti carbonare 250 G (1, 3, 7)	24	24	36	0	0	463
DODATEK:	Jabłko	0,4	0,4	9,1	0	1,8	57
	Buteczka z dżemem (1, 3, 7)	10	6	48	0	0	292
RAZEM		56	39	123	283	1,8	1404
Wtorek 27-02-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Pomidorowa z ryżem 450 G (7, 9)	6	2	61	0	4	284
II DANIE:	Kotlet siekany 100 G (1, 3, 7)	26	6	3	0	0	168
DODATEK:	Ziemniaki 200 G	3,7	0,2	31	0	2,9	174
	Surówka z marchwi i jabłka 100 G (7)	5	1	19	0	4	94
	Banan	1	0	23	0	2	89
RAZEM		42	9,2	137	0	13	809
Środa 28-02-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Brukselkowa 450 G (1, 9)	24	24	48	0	4	494
II DANIE:	Gulasz wieprzowy 100 G (1, 9)	15	26	4	0	0	297
DODATEK:	Kasza jęczmienna 200 G, (1)	5	1	56	0	8	216
	Brokuły na ciepło 100 G	2	4	0	0	3	23
	Jogurt owocowy (7)	10	6	48	0	0	292
RAZEM		56	61	156	0	15	1322
Czwartek 29-02-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Klopsikowa 450 G (1, 7, 9)	4	8	34	0	0	304
II DANIE:	Naleśniki z twarogiem 250 G (1, 3, 7)	24	12	60	0	0	438
DODATEK:	Mus owocowy 50 G (7)	0	0	6	0	1	21
	Buteczka z jabłkiem	10	6	48	0	0	292
RAZEM		48	32	196	0	1	1347
Piątek 01-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Żurek 450 G (1, 3, 7, 9)	11	7	22	0	2,3	188
II DANIE:	Klopsiki rybne w sosie koperkowa 120 G (1, 3, 4, 7, 9)	23	25	17	0	0	398
DODATEK:	Makaron 200 G (1)	14	3	53	0	8,6	210
	Ogórek kiszony 100 G	1	0,1	1,5	0	0,5	11
	Gruszka	2	3	13	0	0	81
RAZEM		51	38	106	0	11	888

JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM. SZKOŁA

ALERGENY: (1) GLUTEN, (2) SKORUPIAKI, (3) JAJA, (4) RYBY, (5) ORZECHY ZIEMNE, (6) SOJA, (7) MLEKO, (8) ORZECHY, (9) SELER,

(10) GORCZYCA, (11) NASIONA SEZAMU, (12) DWUTLENEK SIARKI, (13) ŁUBIN, (14) MIĘCZAKI