

## JADŁOSPIS

Poniedziałek 04-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Kalafiorowa 450 G (7, 9)	23	11	19	0	0	252
II DANIE:	Klopsiki w sosie pomidorowym 120 G (1, 3, 7, 9)	39	5,3	7,4	0	0	335
DODATEK:	Ryż 200 G	4,7	0,7	52	0	2,7	195
	Ogórek świeży 100 G	0,6	0,1	2,2	0	0,5	13
	Bułeczka drożdżowa (1, 3, 7)	10	6	48	0	0	292
RAZEM		77	23	129	0	3,2	1087
Wtorek 05-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Ogórkowa 450 G (7, 9)	19	10	22	0	5,7	192
II DANIE:	Stek wieprzowy z cebulką 100 G (1, 3)	34	27	4	0	1	408
DODATEK:	Ziemniaki 200 G	3,7	0,2	31	0	2,9	174
	Surówka colesław 100 G (7)	1	4	4	0	2	67
	Jabłko	0,4	0,4	9,1	0	1,8	57
RAZEM		58	42	70	0	13	898
Środa 06-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Ziemniaczana 450 G (9)	16	34	18	0	0	450
II DANIE:	Gulasz drobiowo-warzywny 150 G (1, 9)	49	6,3	5,6	0	0	199
	Kasza jęczmienna 200 G, (1)	5	1	56	0	8	216
	Jogurt owocowy (7)	10	6	48	0	0	292
RAZEM		80	47	128	0	8	1157
Czwartek 07-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Szczawiowa 450 G (3, 7, 9)	4	3	14	0	0	120
II DANIE:	Pierogi leniwe 250 G (1, 3, 7)	24	12	60	0	0	438
DODATEK:	Śmietana na słodko 40 G (7)	0	0	6	0	1	21
	Jabłko	0,4	0,4	9,1	0	1,8	57
	Bułeczka z serem	10	6	48	0	0	292
RAZEM		38	21	137	0	2,8	928
Piątek 08-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Barszcz czerwony 450 G (1, 7, 9)	8	12	26	0	0	244
II DANIE:	Paluszki rybne 120 G (1, 3, 4)	23	26	18	0	0	348
DODATEK:	Ziemniaki 200 G	3,7	0,2	31	0	2,9	174
	Surówka z kapusty kwaszonej 100 G	1	3	4	0	0	47
	Brzoskwinia	1	0	10	0	2	39
RAZEM		38	41	99	0	6,9	891

### Szkoła

JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEMIŁKIM ZMIANOM.

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 11-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Szpinakowa 450 G ( 7, 9 )	5	4	5	0	0	358
II DANIE:	Spaghetti 250 G ( 1, 7, 9 )	49	31	127	0	0	998
DODATEK:	Jabłko	0,4	0,4	9,1	0	1,8	57
	Buteczka z makiem ( 1, 3, 7 )	10	6	48	0	0	292
RAZEM		64	41	189	0	1,8	1705
Wtorek 12-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Barszcz biały 450 G ( 3, 7, 9 )	11	7	22	0	2,3	188
II DANIE:	Kotlet pożarski 100 G ( 1, 3, 7 )	27	7	9	0	0	215
DODATEK:	Ziemniaki 200 G	3,7	0,2	31	0	2,9	174
	Surówka warzywna 100 G ( 7 )	1	4	4	0	2	67
	Jogurt owocowy ( 7 )	10	6	48	0	0	292
RAZEM		53	24	113	0	7,2	936
Środa 13-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Marchewkowa 450 G ( 7, 9 )	16	5	32	0	0	256
II DANIE:	Pierś w sosie serowym 150 G ( 1, 7, 9 )	42	7	3	0	0	251
	Kasza jęczmienna 200 G, ( 1 )	5	1	56	0	8	216
	Bukiet warzywa na ciepło 100 G	2,5	5	7,2	0	2	35
	Mandarynka	0,4	0,1	6	0	1,2	53
RAZEM		66	18	104	0	11	811
Czwartek 14-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Pieczarkowa 450 G ( 7, 9 )	6	9	32	0	3	285
II DANIE:	Kopytka 250 G ( 1, 3 )	10	2	81	0	4	368
DODATEK:	Sos gulaszowy 50 G ( 7 )	0	0	6	0	1	21
	Ogórek kiszony 100 G	1	0,1	1,5	0	0,5	11
	Buteczka z jabłkiem	10	6	48	0	0	292
RAZEM		27	17	169	0	8,5	977
Piątek 15-03-2024		B	T	W	K	Bł	Kcal
ZUPA:	Koperkowa 450 G ( 7, 9 )	4	2	24	132	0	132
II DANIE:	Panierowany filet rybny 100 G ( 1, 3, 4 )	24	14	30	0	0	227
DODATEK:	Ziemniaki 200 G	3,7	0,2	31	0	2,9	174
	Surówka z kapusty czerwonej 100 G	1	4	4	0	2	67
	Jogurt owocowy ( 7 )	10	6	48	0	0	292
RAZEM		53	32	185	132	4,9	1184

### Szkoła

JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM.

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