

JADŁOSPIS

Dzieci i nauczyciele

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]

środa, 12 listopada 2025

645 2778

▶ obiad / obiad			645	2778
● Zupa ogórkowa zabelana z ziemniakami	1 x 300g	Mleko, Seler	91	383
● Makaron spaghetti z sosem mięsny	1 x 330g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	515	2230
● Kompot z owoców mrożonych	1 x 200g		39	165

czwartek, 13 listopada 2025

686 2869

▶ obiad / obiad			686	2869
● Zupa kalafiorowa zabelana z zacierką	1 x 250g	Mleko, Seler	80	337
● Kotlet mielony z łopatki	1 x 110g	Zboża zawierające gluten, Jaja	349	1451
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g	Mleko	189	793
● Sałata lodowa z jogurtem	1 x 95g	Mleko	68	286
● Woda mineralna z cytryną	1 x 150g		0	2

piątek, 14 listopada 2025

685 2872

▶ obiad / obiad			685	2872
● Zupa grysikowa	1 x 230g	Zboża zawierające gluten, Seler	60	253
● Filet rybny z miruny panierowany	1 x 130g	Zboża zawierające gluten, Jaja, Ryby	269	1119
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g	Mleko	189	793
● Kapusta kiszona z grochem	1 x 130g	Zboża zawierające gluten, Mleko	167	705
● Woda mineralna z cytryną	1 x 150g		0	2