

# JADŁOSPIS

Dzieci i nauczyciele

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

## poniedziałek, 9 marca 2026

			770	2501
▶ <b>obiad / obiad</b>			770	2501
● Zupa fasolowa z ziemniakami	1 x 300g	Soja, Mleko, Seler	235	981
● Ryż z prażonym jabłkiem i jogurtem	1 x 320g	Mleko	342	1431
● Baton	1 x 1szt.	Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Orzechy, Orzeszki ziemne	193	87
● Woda mineralna z cytryną	1 x 150g		0	2

## wtorek, 10 marca 2026

			666	2793
▶ <b>obiad / obiad</b>			666	2793
● Zupa jarzynowa m. zabieleną	1 x 280g	Mleko, Seler	100	418
● Filet drobiowy panierowany	1 x 110g	Zboża zawierające gluten, Jaja	275	1152
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g	Mleko	189	793
● Buraki tarte	1 x 130g		63	265
● Kompot z owoców mrożonych	1 x 200g		39	165

## środa, 11 marca 2026

			693	2908
▶ <b>obiad / obiad</b>			693	2908
● Zupa rosół z makaronem	1 x 270g	Zboża zawierające gluten, Jaja, Seler	191	801
● Wątróbka z cebulką	1 x 150g	Zboża zawierające gluten	197	827
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g	Mleko	189	793
● Marchewka z jabłkiem i ananasem	1 x 100g		53	224
● Sok jabłkowy 1 L	1 x 150g		63	263

## czwartek, 12 marca 2026

			727	3121
▶ <b>obiad / obiad</b>			727	3121
● Zupa ogórkowa zabieleną z ziemniakami	1 x 300g	Mleko, Seler	91	383
● Makaron spaghetti z sosem mięsny	1 x 330g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	515	2230
● Talerz owoców	1 x 100g		82	343
● Kompot z owoców mrożonych	1 x 200g		39	165

## piątek, 13 marca 2026

			753	3186
▶ <b>obiad / obiad</b>			753	3186
● Zupa pieczarkowa zabieleną z łazankami	1 x 250g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Seler	177	783
● Kotlet rybno - jajeczny	1 x 140g	Zboża zawierające gluten, Jaja, Ryby	275	1136
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g	Mleko	189	793
● Surówka Colesław	1 x 150g	Mleko, Jaja, Gorczyca	112	472
● Woda mineralna z cytryną	1 x 150g		0	2