

JADŁOSPIS

Dzieci i nauczyciele

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

poniedziałek, 13 stycznia 2025

650 2608

▶ obiad / obiad			650	2608
● Zupa grochowa z ziemniakami i wędliną	1 x 300g	Zboża zawierające gluten, Soja, Seler	185	771
● Pampuchy z sosem truskawkowym	1 x 260g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	465	1835
● Woda mineralna z cytryną	1 x 150g		0	2

wtorek, 14 stycznia 2025

673 2824

▶ obiad / obiad			673	2824
● Zupa brokułowa z zacierką	1 x 260g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Seler	75	316
● Schab panierowany	1 x 130g	Zboża zawierające gluten, Jaja	316	1321
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g	Mleko	189	793
● Surówka z pekińskiej z marchewką	1 x 100g	Mleko, Jaja, Gorczyca	64	271
● Kompot z owoców mrożonych	1 x 200g		29	123

środa, 15 stycznia 2025

698 2999

▶ obiad / obiad			698	2999
● Zupa szczawiowa z jajkiem	1 x 250g	Mleko, Jaja, Seler	122	513
● Makaron spaghetti z sosem mięsny	1 x 330g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	515	2230
● Melon	1 x 100g		32	133
● Kompot z owoców mrożonych	1 x 200g		29	123

czwartek, 16 stycznia 2025

745 3132

▶ obiad / obiad			745	3132
● Zupa jarzynowa m. z ziemniakami	1 x 300g	Mleko, Seler	91	382
● Sos mięsny	1 x 135g	Zboża zawierające gluten	285	1196
● Kopytka śląskie	1 x 210g	Zboża zawierające gluten, Jaja	294	1234
● Kapusta czerwona gotowana z jabłkiem	1 x 150g		75	318
● Woda mineralna z cytryną	1 x 150g		0	2

piątek, 17 stycznia 2025

678 2829

▶ obiad / obiad			678	2829
● Zupa ryżanka z warzywami	1 x 290g	Seler	103	435
● Kotlet rybno - jajeczny	1 x 140g	Zboża zawierające gluten, Jaja, Ryby	275	1136
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g	Mleko	189	793
● Surówka jesienna z sałaty lodowej	1 x 100g	Gorczyca	48	202
● Sok jabłkowy 1 L	1 x 150g		63	263