

JADŁOSPIS

Dzieci i nauczyciele

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

poniedziałek, 23 września 2024

713 2977

▶ obiad / obiad				713	2977
● Zupa barszcz ukraiński	1 x 330g		Mleko, Seler	136	568
● Racuchy z musem brzoskwiowo - jogurtowym	1 x 220g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	576	2406
● Woda z cytryna i miętą	1 x 200g			1	3

wtorek, 24 września 2024

655 2763

▶ obiad / obiad				655	2763
● Zupa krem groszkowy z groszkiem ptysiowym	1 x 300g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Seler	152	646
● Podudzie z kurczaka pieczone	1 x 145g			240	1008
● Kaszotto	1 x 245g		Seler	200	846
● Sok jabłkowy 1 L	1 x 150g			63	263

środa, 25 września 2024

701 2950

▶ obiad / obiad				701	2950
● Zupa brokułowa z zacierka	1 x 260g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Seler	75	316
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g		Mleko	189	793
● Kapusta czerwona gotowana z jabłkiem	1 x 150g			75	318
● Karczek w sosie własnym	1 x 150g		Zboża zawierające gluten	301	1267
● Melon	1 x 100g			32	133
● Kompot z owoców mrożonych	1 x 200g			29	123

czwartek, 26 września 2024

689 2958

▶ obiad / obiad				689	2958
● Zupa zalewajka z jajkiem i ziemniakami	1 x 320g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Seler	161	676
● Makaron spaghetti z sosem mięsnym	1 x 330g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	515	2230
● Ogórek małosolny	1 x 100g			12	49
● Woda z cytryna i miętą	1 x 200g			1	3

piątek, 27 września 2024

669 2786

▶ obiad / obiad				669	2786
● Zupa ryżanka z warzywami	1 x 290g		Seler	96	406
● Filet rybny z miruny panierowany	1 x 130g		Zboża zawierające gluten, Jaja, Ryby	241	1003
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g		Mleko	189	793
● Kapusta zasmażana z kiszanej	1 x 120g		Zboża zawierające gluten, Mleko	50	198

JADŁOSPIS

Dzieci i nauczyciele

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]
<ul style="list-style-type: none">Woda z cytryna i miętą	1 x 200g			1	3
<ul style="list-style-type: none">Jogurt mleczny szt.	1 x 150g		Mleko	92	383