

JADŁOSPIS

Dzieci i nauczyciele

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

poniedziałek, 25 listopada 2024

647 2786

▶ obiad / obiad			647	2786
● Zupa barszcz czerwony z ziemniakami	1 x 330g	Mleko, Seler	110	460
● Makaron z serem białym, masłem i rodzynkami	1 x 450g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	436	1901
● Kompot z owoców mrożonych	1 x 200g		29	123
● Winogrona	1 x 100g		72	302

wtorek, 26 listopada 2024

651 2728

▶ obiad / obiad			651	2728
● Zupa krem groszkowy z grzankami	1 x 300g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Seler	172	724
● Filet z indyka zapiekany z serem i pieczarkami	1 x 120g	Mleko	151	633
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g	Mleko	189	793
● Surówka letnia z sałaty lodowej	1 x 100g		48	200
● Woda z cytryna i miętą	1 x 200g		1	3
● Baton	1 x 1szt.	Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Orzechy, Orzeszki ziemne	90	375

środa, 27 listopada 2024

702 2954

▶ obiad / obiad			702	2954
● Zupa jarzynowa m. z ziemniakami	1 x 300g	Mleko, Seler	91	382
● Kopytka śląskie	1 x 210g	Zboża zawierające gluten, Jaja	294	1234
● Sos mięsny	1 x 135g	Zboża zawierające gluten	285	1196
● Surówka z ogórka kiszzonego z marchewką, jabłkiem i cebulką	1 x 100g		32	140
● Woda mineralna z cytryną	1 x 150g		0	2

czwartek, 28 listopada 2024

687 2877

▶ obiad / obiad			687	2877
● Zupa krupnik z kaszą jęczmienną	1 x 280g	Zboża zawierające gluten, Seler	116	482
● Rumsztyk drobiowo - wieprzowy z cebulką	1 x 140g	Zboża zawierające gluten, Jaja	290	1214
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g	Mleko	189	793
● Buraki tarte	1 x 130g		63	265
● Kompot z owoców mrożonych	1 x 200g		29	123

piątek, 29 listopada 2024

749 3185

▶ obiad / obiad			749	3185
-----------------	--	--	-----	------

JADŁOSPIS

Dzieci i nauczyciele

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]
<ul style="list-style-type: none"> Zupa pomidorowa z kluskami 	1 x 300g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Seler	155	682
<ul style="list-style-type: none"> Paluszki rybne 	1 x 100g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Ryby	277	1152
<ul style="list-style-type: none"> Ziemniaki gotowane 	1 x 200g		Mleko	189	793
<ul style="list-style-type: none"> Kapusta kiszona z marchewką i jabłkiem 	1 x 125g			58	240
<ul style="list-style-type: none"> Woda z cytryna i miętą 	1 x 200g			1	3
<ul style="list-style-type: none"> Actimel szt. 	1 x 100g		Mleko	69	315