

JADŁOSPIS

Dzieci i nauczyciele

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

poniedziałek, 30 września 2024

663 2769

▶ obiad / obiad			663	2769
● Zupa fasolowa z ziemniakami	1 x 300g	Soja, Mleko, Seler	235	981
● Ryż z prażonym jabłkiem i jogurtem	1 x 320g	Mleko	342	1431
● Sok owocowo - warzywny	1 x 150g		86	357

wtorek, 1 października 2024

686 2879

▶ obiad / obiad			686	2879
● Zupa koperkowa z kaszą manną	1 x 250g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Seler	86	363
● Schab panierowany	1 x 130g	Zboża zawierające gluten, Jaja	316	1321
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g	Mleko	189	793
● Mix warzyw grylowanych	1 x 120g	Mleko	66	279
● Kompot z owoców mrożonych	1 x 200g		29	123

środa, 2 października 2024

679 2843

▶ obiad / obiad			679	2843
● Zupa pomidorowa z kluskami	1 x 300g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Seler	155	682
● Bitki z polędwicy	1 x 140g	Zboża zawierające gluten	198	842
● Kasza jęczmienna 4*100	1,2 x 200g	Zboża zawierające gluten	238	953
● Surówka z kapusty pekińskiej z groszkiem	1 x 120g	Mleko, Jaja, Gorczyca	87	363
● Woda z cytryna i miętą	1 x 200g		1	3

czwartek, 3 października 2024

741 3104

▶ obiad / obiad			741	3104
● Zupa ogórkowa z ryżem	1 x 280g	Mleko, Seler	86	365
● Pierogi leniwe z masłem i cynamonem	1,2 x 310g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	589	2462
● Kompot z owoców mrożonych	1 x 200g		29	123
● Arbuz	1 x 100g		37	154

piątek, 4 października 2024

662 2766

▶ obiad / obiad			662	2766
● Zupa krupnik z kaszą jęczmienną	1 x 280g	Zboża zawierające gluten, Seler	116	482
● Ryba sola w cieście	1 x 120g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Ryby	236	988
● Ziemniaki gotowane	1 x 200g	Mleko	189	793

JADŁOSPIS

Dzieci i nauczyciele

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]
<ul style="list-style-type: none">Kapusta kiszona z marchewką i jabłkiem	1 x 125g			58	240
<ul style="list-style-type: none">Sok jabłkowy 1 L	1 x 150g			63	263