

# JADŁOSPIS

## 31.01.2022r. - 11.02.2022r.

### Klasy I – III i IV – VIII

<b>Poniedziałek 31.01.2022 r.</b>		
Zupa pomidorowa z ryżem ( <b>seler, laktoza, gluten</b> ),	200 g	125 kcal
Banan zawijany w naleśnik z serem z bitą śmietaną i czekoladą ( <b>laktoza, gluten, jajka</b> ),	220 g	412 kcal
Marchewka do chrupania,	10 g	8 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
<b>Wtorek 01.02.2022 r.</b>		
Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym ( <b>laktoza, gluten, seler</b> ),	200 g	125 kcal
Kluski śląskie ( <b>gluten, mleko, jajka</b> ),	100 g	182 kcal
Gulasz wieprzowy ( <b>gluten, mleko</b> ),	80 g	149 kcal
Surówka z czerwonej kapusty,	50 g	63 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
<b>Środa 02.02.2022 r.</b>		
Zupa fasolowa z kaszą jęczmienną ( <b>gluten, laktoza, seler</b> ),	200 g	122 kcal
Jabłka w cieście posypane cukrem pudrem i cynamonem ( <b>laktoza, gluten, jajka</b> ),	150 g	345 kcal
Owoc,	80 g	110 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
<b>Czwartek 03.02.2022 r.</b>		
Zupa jarzynowa z makaronem ( <b>gluten, seler, laktoza</b> ),	200 g	115 kcal
Ziemniaki z koperkiem ( <b>gluten</b> ),	130 g	160 kcal
Udko pieczone,	80 g	144 kcal
Surówka z kapusty pekińskiej,	50 g	44 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
<b>Piątek 04.02.2022 r.</b>		
Zupa grysikowa ( <b>gluten, seler</b> ),	200 g	92 kcal
Ziemniaki z koperkiem ( <b>laktoza</b> ),	130g	160 kcal
Ryba w panierce ( <b>ryba, jajka, gluten</b> ),	80 g	146 kcal
Surówka z kiszanej kapusty,	50 g	49 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal

<b>Poniedziałek 07.02.2022r.</b>		
Barszcz czerwony z ziemniakami ( <b>seler</b> ),	200 g	129 kcal
Pierogi z truskawkami i polewą jogurtową ( <b>gluten, laktoza, jajka</b> ),	220 g	349 kcal
Marchewka do chrupania,	10 g	8 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
<b>Wtorek 08.02.2022 r.</b>		
Zupa brokułowa z makaronem ( <b>seler, gluten, laktoza</b> ),	200 g	108 kcal
Ryż z groszkiem i kukurydzą,		
Klopsy z indyka w sosie śmietankowy ( <b>laktoza, jajka, gluten</b> ),	120 g	86 kcal
Surówka z selera i marchewki ( <b>laktoza, jajka, seler</b> ),	100 g	287 kcal
Kompot wieloowocowy	50 g	60 kcal
	200 g	88 kcal
<b>Środa 09.02.2022 r.</b>		
Zupa kalafiorowa z ryżem ( <b>seler, gluten, laktoza</b> ),	200 g	115 kcal
Makaron z prażonymi jabłkami i bitą śmietaną ( <b>gluten, laktoza, jaja</b> ),	250 g	392 kcal
owoc,	50 g	45 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
<b>Czwartek 10.02.2022 r.</b>		
Zupa pieczarkowa z zacierką ( <b>gluten, seler, laktoza</b> ),	200g	122 kcal
Ziemniaki z koperkiem ( <b>laktoza</b> ),	130 g	160 kcal
Pieczona szynka w sosie własnym,	80g	155 kcal
Tarte buraczki z chrzanem,	50g	67 kcal
Kompot wieloowocowy	200g	88 kcal
<b>Piątek 11.02.2022 r.</b>		
Zupa z zielonego groszku z muszelkami ( <b>seler, gluten, laktoza</b> ),	200 g	120 kcal
Ziemniaki z koperkiem ( <b>laktoza</b> ),	130 g	160 kcal
Ryba po grecku ( <b>ryba</b> ),	80 g	129 kcal
Mizeria ( <b>laktoza</b> ),	50 g	60 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal

**Jadłospis może ulegać modyfikacjom.**

**W jadłospisie wyróżniono produkty powodujące alergię.**

**Alergeny zgodnie z rozporządzeniem UE nr 1169/2011 z dnia 25.10.2011 r.**