

JADŁOSPIS

13.03.2023r. - 24.03.2022r.

Klasy I – III i IV – VIII

Poniedziałek 13.03.2023 r.	gramy	kalorie
Zupa pomidorowa zabelana z ryżem (laktoza, seler, gluten),	250 g	178 kcal
Ziemniaki z szczypiorkiem (laktoza),	150 g	195 kcal
Jajko w sosie chrzanowym (jajko, laktoza, gluten),	80 g	117 kcal
Surówka tarta marchew z jabłkiem,	60 g	50 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Wtorek 14.03.2023 r.		
Zupa grysikowa (gluten, seler),	250 g	154 kcal
Ziemniaki z koperkiem (laktoza),	150 g	195 kcal
Nuggetsy (jajko, gluten),	100 g	235 kcal
mizeria (laktoza),	60 g	30 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Środa 15.03.2023 r.		
Krem z fasoli z granką czosnkową (seler, laktoza, gluten),	250 g	194 kcal
Makaron z białym serem (gluten, laktoza),	200 g	305 kcal
Owoc,	120 g	89 kcal
Jogurt (laktoza),	120 g	80 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Czwartek 16.03.2023 r.		
Zupa jarzynowa z muszelkami (seler, laktoza, gluten),	250 g	156 kcal
Ryż z groszkiem i kukurydzą,	150 g	160 kcal
Klops wieprzowy w sosie pomidorowym (jajko, gluten, laktoza),	100 g	220 kcal
Surówka z selera (rodzynki i żurawina) (seler, laktoza),	60 g	43 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Piątek 17.03.2023 r.		
Rosół drobiowy z kostką rybną (seler, ryba, jajko, gluten),	250 g	205 kcal
Pierogi z jagodami polane słodkim jogurtem (jajko, gluten, laktoza),	200 g	412 kcal
Owoc,	100 g	90 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal

Poniedziałek 20.03.2023 r.		
Żurek z jajkiem, kiełbasą i chlebem (gluten, laktoza, jajko),	250g	248 kcal
Racuchy z musem jagodowym i bitą śmietaną (jajko, gluten, laktoza),	200 g	457 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Wtorek 21.03.2023 r.		
Ryż na rosole wieprzowym(seler),	250 g	167 kcal
Ziemniaki z koperkiem (laktoza),	150 g	195 kcal
Kotlet po szwajcarsku (gluten, laktoza, jajka),	100 g	255 kcal
Surówka z czerwonej kapusty,	60 g	40 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Środa 22.03.2023 r.		
Zupa ziemniaczana (seler, laktoza),	250 g	145 kcal
Łazanki z kapustą (laktoza, gluten, jajka),	200 g	310 kcal
owoc,	100 g	90 kcal
jogurt (laktoza),	120 g	80 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Czwartek 23.03.2023 r.		
Zupa koperkowa z zacierką (seler, laktoza, gluten),	250 g	146 kcal
Kasza jęczmienną (gluten),	100 g	133 kcal
Gulasz wieprzowy (laktoza, gluten),	120 g	243 kcal
Ogórek konserwowy,	60 g	15 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Piątek 24.03.2023 r.		
Zupa ogórkowa z ryżem (seler, laktoza),	250 g	134 kcal
Ziemniaki z koperkiem (laktoza),	150 g	195 kcal
Ryba panierowana (ryba, gluten, jajka),	100 g	185 kcal
Fasolka szparagowa na parze,	60 g	30 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.