

JADŁOSPIS

13.11.2023r. – 24.11.2023r.

Klasy I – III i IV – VIII

Poniedziałek 13.11.2023 r.	gramy	kalorie
Kapuśniak z ziemniakami (seler),	250 g	225 kcal
Racuchy z sosem wiśniowym i bitą śmietaną (mleko, gluten, jajka),	250 g	422 kcal
owoc,	30 g	29 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Wtorek 14.11.2023 r.		
Barszcz czerwony z jajkiem (jajka, seler, gluten),	250 g	201 kcal
Ryż,	150 g	195 kcal
Pieczeń z piersi indyka w sosie jarzynowym (gluten, mleko),	120 g	220 kcal
Surówka selerowa z żurawiną (seler, mleko),	80 g	56 kcal
kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Środa 15.11.2023 r.		
Zupa z soczewicy czerwonej (mleko, seler),	250 g	150 kcal
Ziemniaki posypane szczypiorkiem (mleko),	150 g	198 kcal
Udko pieczone,	100 g	218 kcal
Duszona marchew z groszkiem (gluten),	80 g	70 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Czwartek 16.11.2023 r.		
Krupnik zabieleny z ziemniakami (seler, gluten, mleko),	250 g	161 kcal
Spaghetti z sosem Bolońskim (gluten, mleko)	300 g	422 kcal
Owoc,	230 g	108 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Piątek 17.11.2023 r.		
Zupa krem z cukinii z groszkiem ptysiowym (gluten, seler, mleko),	250 g	205 kcal
Ziemniaki posypane koperkiem (mleko),	150 g	198 kcal
Sznycelek z ryby (ryba, jajka, gluten),	100 g	160 kcal
surówka z białej kapusty, marchewki, jabłka i pora,	80 g	54 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal

Poniedziałek 20.11.2023 r.		
Zupa ziemniaczana (mleko, seler),	250 g	178 kcal
Pierogi z białym serem (gluten, mleko, jajka),	200 g	410 kcal
Tarta marchew z jabłkiem,	80 g	39 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Wtorek 21.11.2023 r.		
Zupa koperkowa z zacierką (seler, mleko, gluten),	250 g	186 kcal
Ziemniaki posypane szczypiorkiem (mleko),	150 g	198 kcal
Sznycelek drobiowy (jajka, gluten),	100 g	155 kcal
Buraczki z chrzanem,	80 g	45 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Środa 22.11.2023 r.		
Zupa kalafiorowa z makaronem (seler, gluten, mleko),	250 g	206 kcal
Danie chińskie (ryż z indykiem i warzywami) (seler),	200 g	322 kcal
Ogórek konserwowy,	80 g	10 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Czwartek 23.11.2023 r.		
Zupa grysikowa (seler, gluten),	250 g	186 kcal
Kluski śląskie (gluten, jajka),	120 g	187 kcal
Pieczeń wieprzowa w sosie śmietanowym (gluten, mleko),	120 g	265 kcal
Surówka z ogórka kiszzonego, cebuli i papryki,	80 g	35 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Piątek 24.11.2023 r.		
Ryż na rosole (seler),	250 g	185 kcal
Ziemniaki posypane szczypiorkiem (mleko),	150 g	198 kcal
Ryba w płatkach kukurydzianych (ryba, jajka)	100 g	125 kcal
Surówka z czerwonej kapusty,	80 g	64 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.