

JADŁOSPIS

27.11.2023r. – 08.12.2023r.

Klasy I – III i IV – VIII

Poniedziałek 27.11.2023 r.	gramy	kalorie
Żurek z jajkiem, kielbasą i chlebem (seler, jajka, gluten, mleko),	250 g	272 kcal
Makaron z białym serem, cukrem i masłem, polany musem malinowym z migdałami (mleko, gluten, jajka),	200 g	423 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Wtorek 28.11.2023 r.		
Zupa pieczarkowa z makaronem (gluten, mleko, seler),	250 g	169 kcal
Kasza jaglana,	150 g	179 kcal
Filet z indyka nadziewany szpinakiem i fetą z sosem paprykowym (mleko, gluten),	150 g	225 kcal
Surówka z kapusty pekińskiej,	80 g	42 kcal
Owoc,	100 g	50 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Środa 29.11.2023 r.		
Zupa ogórkowa z ziemniakami (seler, gluten, mleko),	250 g	164 kcal
Łazanki z mięsem i kapustą (gluten),	250 g	378 kcal
Owoc,	100 g	50 kcal
Jogurt (mleko),	100 g	75 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Czwartek 30.11.2023 r.		
Zupa pomidorowa z ryżem (mleko, seler),	250 g	175 kcal
Ziemniaki z koperkiem (mleko),	150 g	198 kcal
Kotlet schabowy (gluten, jajka),	100 g	244 kcal
Zasmażka z kiszonej kapusty,	80 g	82 kcal
Owoc,	100 g	50 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Piątek 01.12.2023 r.		
Zupa z zielonego groszku z makaronem (mleko, seler, gluten),	250 g	178 kcal
Kasza kuskus (mleko, gluten),	150 g	168 kcal
Ryba po grecku (ryba),	100 g	99 kcal
Ogórek świeży w słupki,	20 g	5 kcal
Jogurt (mleko),	100 g	75 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal

Poniedziałek 04.12.2023 r.		
Zupa paprykowa z groszkiem ptysiowym (seler, gluten, mleko),	250 g	184 kcal
Banan zawijany w naleśnik z serem, bitą śmietaną i czekoladą, posypyany prażonymi orzechami (gluten, mleko, jajka, kakao, orzechy),	250 g	452 kcal
Mus warzywny,	100 g	59 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Wtorek 05.12.2023 r.		
Zupa jarzynowa z ryżem (seler, mleko, gluten),	250 g	164 kcal
Fasolka po bretońsku z chlebem (gluten, mleko),	250 g	428 kcal
Owoc,	100 g	50 kcal
Herbatnik wielozbożowy (gluten, mleko),	50 g	220 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Środa 06.12.2023 r.		
Zupa brokułowa z makaronem (seler, mleko, gluten),	250 g	173 kcal
Ryż,	150 g	195 kcal
Pulpety z indyka w sosie pomidorowym (gluten, mleko),	120 g	140 kcal
Surówka z kapusty włoskiej,	80 g	55 kcal
Mus owocowy,	100 g	59 kcal
kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Czwartek 07.12.2023 r.		
Zupa krupnik (mleko, seler, gluten),	250 g	155 kcal
Ziemniaki posypane szczypiorkiem (mleko),	150 g	198 kcal
Rolada schabowa z pieczarkami, papryką i żółtym serem(mleko, gluten),	120 g	265 kcal
Zielona sałata z jajkiem i śmietaną (jajka, mleko),	80 g	67 kcal
Kompot wieloowocowy	200 g	88 kcal
Piątek 08.12.2023 r.		
Rosół drobiowo – wieprzowy z kostką rybną (mleko, seler, ryba),	250 g	225 kcal
Pierogi leniwe z masłem i cukrem (mleko, gluten, jajka),	200 g	428 kcal
Tarta marchew z ananasem, brzoskwinia, jabłkiem i żurawiną,	80 g	56 kcal
Jogurt (mleko),	100 g	75 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.