

JADŁOSPIS

dzieci

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

poniedziałek, 22 lipca 2024

				755	0
▶ śniadanie				264	0
● Kawa zbożowa na mleku	1 x 200g	Mleko		92	0
● CHLEB ŻYTNI Z DYNIA	0,1 s400g	Zboża zawierające gluten		98	
● MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
● SZYNKA SOŁTYSÓWKA	0,02 kg			24	
● OGÓREK zielony	0,02 kg			3	
● POMIDOR	0,02 kg			3	
▶ drugie śniadanie				23	0
● JABŁKA	0,05 kg			23	
● SEZAMKI	1 s27				
▶ obiad				275	0
● Kapusniak z kiszonej kapusty	1 x 200g	Seler		73	0
● Placki ziemniaczane	1 x 200g	Zboża zawierające gluten		182	0
● Kompot wielowocowy	1 x 200g			20	0
▶ podwieczorek				193	0
● Herbata miętowa	1 x 200g			6	0
● CHLEB KASZUBSKI	0,05 s800g	Zboża zawierające gluten		103	
● MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
● Pasta z jaj ze szczypiorkiem	1 x 25g	Jaja		36	0
● PAPRYKA CZERWONA	0,015 kg			4	

wtorek, 23 lipca 2024

				935	0
▶ śniadanie				303	0
● Kakao	1 x 200g	Mleko		99	0
● CHLEB Z LNEM	0,1 s400g	Zboża zawierające gluten		111	
● MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
● SER ŻÓŁTY PASTRY	0,015 s1000	Mleko		47	
● OGÓREK kiszony	0,015 kg			2	
▶ drugie śniadanie				36	0
● ARBUZ	0,12 kg			36	
▶ obiad				375	0
● Zupa koperkowa z makaronem	1 x 150g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Seler		89	0
● Kotlet mielony	1 x 70g			145	0
● Brukselka gotowana na parze	1 x 70g			27	0
● MŁODE ZIEMNIAKI Z WODY	1 x 100g			96	0
● Woda z sokiem z cytryny	1 x 200g			18	0
▶ podwieczorek				221	0
● Kaszka manna na mleku z malinami	1 x 200g	Zboża zawierające gluten, Mleko		221	0

środa, 24 lipca 2024

				967	0
▶ śniadanie				336	0

JADŁOSPIS

dzieci

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]
● Bawarka na mleku	1 x 200g		Mleko	108	0
● CHLEB orkiszowy	0,1 s400g		Zboża zawierające gluten	91	
● MASŁO	0,03 s200g		Mleko	44	
● Pasta z zielonego groszku	1 x 30g			39	0
● ŁOPATKA PIECZONA	0,015 kg			48	
● POMIDOR KOKTAJLOWY	0,02 kg			4	
● ROSZPONKA	0,1 s100g			2	
▶ drugie śniadanie				35	0
● BRZOSKWINIA ŚWIEŻA	0,1 kg			35	
▶ obiad				463	0
● Zupa „Rywalka”	1 x 150g		Mleko, Seler	97	0
● Makaron z pierśią kurczaka i szpinakiem w sosie śmietanowym	1 x 150g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	327	0
● Kompot z czarnej porzeczki	1 x 200g			39	0
▶ podwieczorek				133	0
● Koktajl mleczno - owocowy	1 x 200g		Mleko	133	0
● CIASTECZKA OWSIANE	0,2 s138				

czwartek, 25 lipca 2024

1161 0

▶ śniadanie				273	0
● Kakao	1 x 200g		Mleko	99	0
● CHLEB WIELOZIARNISTY	0,08 s500g		Zboża zawierające gluten	113	
● MASŁO	0,03 s200g		Mleko	44	
● SZYNKA GOTOWANA	0,015 kg			15	
● OGÓREK MAŁOSOLNY	0,02 kg			2	
▶ drugie śniadanie				0	0
● NEKTARYNKI	0,1 kg				
▶ obiad				574	0
● Krupnik ryżowy	1 x 200g		Seler	57	0
● NUGETSY Z KURCZAKA	1 x 100g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	317	0
● SAŁATA W ŚMIETANIE	1 x 60g		Mleko	84	0
● MŁODE ZIEMNIANKI Z WODY	1 x 100g			96	0
● Kompot wieloowocowy	1 x 200g			20	0
▶ podwieczorek				314	0
● NAPÓJ RYŻOWY	0,15 l				
● Ciasto jogurtowe z jagodami	1 x 100g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	314	0

piątek, 26 lipca 2024

1355 0

▶ śniadanie				500	0
● Bawarka na mleku	1 x 200g		Mleko	108	0
● CHLEB PSZENNY	0,08 s500g		Zboża zawierające gluten	102	
● MASŁO	0,03 s200g		Mleko	44	

JADŁOSPIS

dzieci

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]
<ul style="list-style-type: none"> ● PARÓWKA Z SZYNKI ● KETCHUP dla dzieci PUDLISZKI 	0,06 kg			205	
	0,1 s275g			41	
▶ drugie śniadanie				46	0
<ul style="list-style-type: none"> ● JABŁKA 	0,1 kg			46	
▶ obiad				521	0
<ul style="list-style-type: none"> ● Zupa „marchwianka” 	1 x 200g	Seler		60	0
<ul style="list-style-type: none"> ● Filet z miruny panierowany smażony 	1 x 80g	Jaja		306	0
<ul style="list-style-type: none"> ● Surówka z kiszonych ogórków ze świeża papryką i jabłkami 	1 x 80g			33	0
<ul style="list-style-type: none"> ● Ziemniaki puree 	1 x 150g	Mleko		118	0
<ul style="list-style-type: none"> ● Napar z rumianku 	1 x 200g			4	0
▶ podwieczorek				288	0
<ul style="list-style-type: none"> ● JOGURT NATURALNY „MALUTA” 	1 s150g	Mleko		86	
<ul style="list-style-type: none"> ● MIÓD CD 	1 s25g			80	
<ul style="list-style-type: none"> ● PŁATKI KUKURYDZIANE 	0,015 s1000			54	
<ul style="list-style-type: none"> ● ŻURAWINA SUSZONA 	0,02 kg			68	