

# JADŁOSPIS

dzieci

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

## poniedziałek, 2 grudnia 2024

				983	0
<b>▶ śniadanie</b>				<b>293</b>	<b>0</b>
● Kakao	1 x 200g	Mleko		99	0
● CHLEB ŻYTNI Z POSYPKĄ	0,1 s400g	Zboża zawierające gluten, Sezam		97	
● MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
● SCHAB DĘBSKI	0,016 kg	Seler, Gorczyca		19	
● SER ŻÓŁTY PASTRY	0,01 s1000	Mleko		32	
● OGÓREK kiszony	0,02 kg			2	
<b>▶ drugie śniadanie</b>				<b>86</b>	<b>0</b>
● GRUSZKI	0,15 kg			86	
<b>▶ obiad</b>				<b>429</b>	<b>0</b>
● Zupa ziemniczana	1 x 200g	Seler, Gorczyca		92	0
● NALEŚNIKI Z DŻEMEM	1 x 200g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja		286	0
● KEFIR	0,1 s1000	Mleko		51	
<b>▶ podwieczorek</b>				<b>175</b>	<b>0</b>
● Herbata miętowa	1 x 200g			6	0
● CHLEB KASZUBSKI	0,04 s800g	Zboża zawierające gluten		82	
● MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
● Kiełbaski śląskie na ciepło	1 x 60g	Seler, Gorczyca		2	0
● KETCHUP dla dzieci PUDLISZKI	0,1 s275g			41	

## wtorek, 3 grudnia 2024

				1128	0
<b>▶ śniadanie</b>				<b>459</b>	<b>0</b>
● SOK NATURALNY POMARAŃCZOWY	0,15 l			89	
● Płatki owsiane na mleku	1 x 200g	Zboża zawierające gluten, Mleko		169	0
● CHLEB POSYPANY MAKĄ	0,06 s500g	Zboża zawierające gluten		77	
● MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
● MIÓD CD	1 s25g			80	
<b>▶ drugie śniadanie</b>				<b>49</b>	<b>0</b>
● MUS JABŁKOWY SANTE	1 s100g			49	
<b>▶ obiad</b>				<b>488</b>	<b>0</b>
● Kapuśniak ze świeżej kapusty	1 x 200g	Seler		64	0
● Makaron z mięsem w sosie pomidorowym	1 x 200g	Zboża zawierające gluten, Jaja		384	0
● OGÓREK zielony	0,05 kg			7	
● KOMPOT WIŚNIOWY	1 x 200g			33	0
<b>▶ podwieczorek</b>				<b>132</b>	<b>0</b>
● Kisiel z bitą śmietaną	1 x 200g	Mleko		65	0
● MANDARYNKA	0,1 kg			42	
● Herbatniki	0,5 s14g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja		25	

# JADŁOSPIS

dzieci

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

## środa, 4 grudnia 2024

				923	0
<b>▶ śniadanie</b>				<b>294</b>	<b>0</b>
● kawa na mleku	1 x 200g	Mleko		97	0
● CHLEB GBURSKI	0,06 s550g	Zboża zawierające gluten		91	
● MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
● SEREK WIEJSKI	0,2 s200g	Mleko		40	
● SZYNKA SOŁTYSÓWKA	0,016 kg	Seler, Gorczyca		19	
● POMIDOR	0,02 kg			3	
● SAŁATA MASŁOWA	0,2 s100g				
<b>▶ drugie śniadanie</b>				<b>51</b>	<b>0</b>
● Melon	0,15 kg			51	
<b>▶ obiad</b>				<b>423</b>	<b>0</b>
● ZUPA KREM Z SOCZEWICY	1 x 200g	Seler		61	0
● Pulpety w sosie śmietanowym	1 x 100g	Mleko, Jaja, Seler		229	0
● Brokuły gotowane na parze	1 x 70g			18	0
● Ziemniaki z wody	1 x 100g			88	0
● Kompot z jabłek	1 x 200g			27	0
<b>▶ podwieczorek</b>				<b>155</b>	<b>0</b>
● SMOOTHIE ZE SZPINAKIEM, KIWI I POMARAŃCZAMI	1 x 200g			153	0
● WAFLE RYŻOWE Z POLEWĄ CZEKOLADOWĄ	0,5 s65g	Mleko		2	

## czwartek, 5 grudnia 2024

				1423	0
<b>▶ śniadanie</b>				<b>388</b>	<b>0</b>
● Bawarka na mleku	1 x 200g	Mleko		108	0
● CHLEB JOGURTOWY	0,1 s400g	Zboża zawierające gluten, Mleko		104	
● MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
● Jajko gotowane na miękko	1 x 65g	Jaja		79	0
● kabanosy	0,015 kg	Seler, Gorczyca		49	
● POMIDOR KOKTAJLOWY	0,02 kg			4	
<b>▶ drugie śniadanie</b>				<b>67</b>	<b>0</b>
● WINOGRONA	0,1 kg			67	
<b>▶ obiad</b>				<b>534</b>	<b>0</b>
● ROSÓŁ WOŁOWY Z LANYMI KLUSKAMI	1 x 200g	Zboża zawierające gluten, Jaja, Seler		88	0
● GULASZ WIEPRZOWY	1 x 100g	Zboża zawierające gluten, Seler		258	0
● Kasza pęczak gotowana na sypko	1 x 100g	Zboża zawierające gluten		134	0
● Surówka z kiszonych ogórków ze świeża papryką i jabłkami	1 x 80g			33	0
● KOMPOT TRUSKAWKOWY	1 x 200g			21	0
<b>▶ podwieczorek</b>				<b>434</b>	<b>0</b>
● Herbata z cytryną	1 x 150g			8	0

# JADŁOSPIS

dzieci

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]
<ul style="list-style-type: none"> <li>● CIASTO BANANOWIEC</li> </ul>	1 x 120g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	426	0

piątek, 6 grudnia 2024

1034 0

<b>▶ śniadanie</b>				<b>425</b>	<b>0</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kakao</li> </ul>	1 x 200g		Mleko	99	0
<ul style="list-style-type: none"> <li>● CHLEB PSZENNY</li> </ul>	0,07 s500g		Zboża zawierające gluten	90	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● MASŁO</li> </ul>	0,03 s200g		Mleko	44	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● PARÓWKI CIELASZKI</li> </ul>	0,06 kg			148	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● KETCHUP dla dzieci PUDLISZKI</li> </ul>	0,1 s275g			41	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● OGÓREK zielony</li> </ul>	0,02 kg			3	
<b>▶ drugie śniadanie</b>				<b>46</b>	<b>0</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● JABŁKA</li> </ul>	0,1 kg			46	
<b>▶ obiad</b>				<b>357</b>	<b>0</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Krupnik ryżowy</li> </ul>	1 x 200g		Seler	57	0
<ul style="list-style-type: none"> <li>● KOTLET MIELONY RYBNY</li> </ul>	1 x 80g		Jaja, Ryby	86	0
<ul style="list-style-type: none"> <li>● MIX SAŁAT Z SOSEM VINEGRET Z SEREM FAVITA</li> </ul>	1 x 50g		Mleko	96	0
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Ziemniaki puree</li> </ul>	1 x 150g		Mleko	118	0
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Napar z mięty</li> </ul>	1 x 200g			0	0
<b>▶ podwieczorek</b>				<b>206</b>	<b>0</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● JOGURT Z MUSLI</li> </ul>	1 s200g		Zboża zawierające gluten, Mleko	206	