

JADŁOSPIS

dzieci

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

poniedziałek, 24 marca 2025

807 0

▶ śniadanie				176	0
• Herbata miętowa	1 x 200g			6	0
• BUŁKA KAJZERKA	0,5 s55g	Zboża zawierające gluten		76	
• MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
• KIEŁBASA KRAKOWSKA	0,015 kg	Seler, Gorczyca		48	
• OGÓREK kiszony	0,02 kg			2	
▶ drugie śniadanie				125	0
• KOKTAJL ZE SZPINAKIEM I TRUSKAWKAMI	1 x 200g	Mleko		125	0
▶ obiad				472	0
• ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM	1 x 200g	Zboża zawierające gluten, Jaja, Seler		96	0
• Jajko sadzone	1 x 65g	Jaja		167	0
• MIZERIA ZE ŚMIETANĄ I KOPERKIEM	1 x 80g	Mleko		77	0
• Ziemniaki z wody	1 x 100g			88	0
• Kompot wieloowocowy	1 x 200g			44	0
▶ podwieczorek				34	0
• KISIEL Z JAGODAMI	1 x 200g			33	0
• Biskopity	0,1 s100g	Zboża zawierające gluten, Jaja		1	

wtorek, 25 marca 2025

1507 0

▶ śniadanie				346	0
• Herbata owocowa	1 x 200g			13	0
• Płatki ryżowe na mleku	1 x 150g	Mleko		156	0
• CHLEB JOGURTOWY	0,1 s400g	Zboża zawierające gluten, Mleko		104	
• MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
• DŻEM MALINOWY	0,1 s210g			29	
▶ drugie śniadanie				57	0
• MUS OWOCOWY	1 s100g			57	
▶ obiad				547	0
• Zupa krem z białych warzyw	1 x 200g	Mleko, Seler		101	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
• Brukselka gotowana na parze	1 x 70g			27	0
• Kompot z jabłek	1 x 200g			27	0
▶ podwieczorek				557	0
• Herbata z cytryną	1 x 150g			18	0
• GOFRY Z BITĄ ŚMIETANĄ I OWOCAMI	1 x 120g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja		539	0

środa, 26 marca 2025

1055 0

JADŁOSPIS

dzieci

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]
► śniadanie				421	0
• Kakao	1 x 200g	Mleko		102	0
• CHLEB GBURSKI	0,07 s550g	Zboża zawierające gluten		107	
• MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
• PARÓWKI CIELASZKI	0,06 kg			148	
• KETCHUP dla dzieci PUDLISZKI	0,05 s275g			20	
► drugie śniadanie				67	0
• WINOGRONA	0,1 kg			67	
► obiad				356	0
• Kapusniak z kiszonej kapusty	1 x 200g	Seler		104	0
• Placki z jabłkami	1 x 200g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja		234	0
• Woda z sokiem z cytryny	1 x 200g			18	0
► podwieczorek				211	0
• Herbata rumiankowa	1 x 150g			4	0
• CHLEB ŻYTNI Z POSYPKĄ	0,1 s400g	Zboża zawierające gluten, Sezam		97	
• MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
• Pasztet pieczony	1 x 40g			64	0
• OGÓREK kiszony	0,02 kg			2	

czwartek, 27 marca 2025

1278 0

► śniadanie				368	0
• kawa na mleku	1 x 200g	Mleko		97	0
• CHLEB Z LNEM	0,1 s400g	Zboża zawierające gluten		111	
• MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
• Jajko gotowane na twardo	1 x 30g	Jaja		24	0
• „KABANOS Z NOCNEJ ZMIANY"	0,02 kg	Zboża zawierające gluten, Mleko, Seler, Gorczyca		85	
• PAPRYKA CZERWONA	0,015 kg			4	
• OGÓREK ŚWIEŻY	0,02 kg			3	
► drugie śniadanie				55	0
• JABŁKA	0,12 kg			55	
► obiad				607	0
• Zupa „Rywalka"	1 x 200g	Mleko, Seler		112	0
• ZAPIEKANKA Z MAKARONU					
• PEŁNOZIARNISTEGO Z MIĘSEM	1 x 200g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja		456	0
• MIELONYM I POMIDORAMI					
• Kompot z czarnej porzeczki	1 x 200g			39	0
► podwieczorek				248	0
• KOKOSOWY DESER Z KASZY JAGLANEJ Z					
• MALINAMI	1 x 250g	Mleko		248	0

piątek, 28 marca 2025

1081 0

► śniadanie				308	0
• Kakao	1 x 200g	Mleko		102	0

JADŁOSPIS

dzieci

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]
● CHLEB ZWYKŁY	0,08 s500g		Zboża zawierające gluten	102	
● MASŁO	0,03 s200g		Mleko	44	
● SCHAB PIECZONY	0,01 kg		Seler, Gorczyca	23	
● ŁOPATKA PIECZONA	0,01 kg		Seler, Gorczyca	32	
● POMIDOR	0,02 kg			3	
● RZODKIEWKA	0,05 s200g			2	
► drugie śniadanie				172	0
● KIWI	0,1 kg			61	
● ORZECY NERKOWCA	0,02 s1000			111	
► obiad				415	0
● Zupa owocowa z makaronem	1 x 200g		Zboża zawierające gluten, Jaja	86	0
● KOTLET MIELONY RYBNY	1 x 80g		Jaja, Ryby	105	0
● MIX SAŁAT Z SOSEM VINEGRET Z SEREM FAVITA	1 x 50g		Mleko	96	0
● Ziemniaki puree	1 x 120g		Mleko	118	0
● Napar z rumianku	1 x 200g			10	0
► podwieczorek				186	0
● JOGURT FANTAZJA	1 s122g		Mleko	145	
● WAFLE ryżowe	0,1 s110g			41	