

# JADŁOSPIS

dzieci

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

## poniedziałek, 7 kwietnia 2025

1126 0

<b>▶ śniadanie</b>				<b>426</b>	<b>0</b>
● Kawa zbożowa na mleku	1 x 200g	Mleko		96	0
● CHLEB WIELOZIARNISTY	0,07 s500g	Zboża zawierające gluten		99	
● MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
● FRANKFURTERKI	0,06 kg	Seler, Gorczyca		161	
● KETCHUP dla dzieci PUDLISZKI	0,05 s275g			20	
● PAPRYKA CZERWONA	0,02 kg			6	
<b>▶ drugie śniadanie</b>				<b>71</b>	<b>0</b>
● POMARAŃCZA	0,15 kg			71	
<b>▶ obiad</b>				<b>449</b>	<b>0</b>
● Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną	1 x 200g	Mleko, Seler		107	0
● NALEŚNIKI Z DŻEMEM	1 x 200g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja		286	0
● NAPÓJ MIGDAŁOWY	0,125 l			56	
<b>▶ podwieczorek</b>				<b>180</b>	<b>0</b>
● Herbata miętowa	1 x 200g			6	0
● CHLEB ZWYKŁY	0,07 s500g	Zboża zawierające gluten		90	
● MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
● SCHAB DĘBSKI	0,01 kg	Seler, Gorczyca		12	
● Jajko gotowane na twardo	1 x 30g	Jaja		24	0
● POMIDOR KOKTAJLOWY	0,02 kg			4	

## wtorek, 8 kwietnia 2025

1245 0

<b>▶ śniadanie</b>				<b>366</b>	<b>0</b>
● Herbata owocowa	1 x 200g			13	0
● Płatki owsiane na mleku	1 x 200g	Zboża zawierające gluten, Mleko		169	0
● BUŁKA KAJZERKA	0,5 s55g	Zboża zawierające gluten		76	
● MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
● MIÓD wielokwiatowy	0,02 s1000			64	
<b>▶ drugie śniadanie</b>				<b>67</b>	<b>0</b>
● WINOGRONA	0,1 kg			67	
<b>▶ obiad</b>				<b>660</b>	<b>0</b>
● ZUPA KREM Z PIECZONEJ PAPRYKI	1 x 150g	Mleko, Seler		104	0
● Kotlet panierowany z piersi indyka	1 x 80g			327	0
● SAŁATA LODOWA Z SOSEM	1 x 40g	Mleko, Jaja		67	0
● JOGURTOWO - CZOSNKOWYM	1 x 120g	Mleko		118	0
● Ziemniaki puree	1 x 120g	Mleko		118	0
● Kompot wieloowocowy	1 x 200g			44	0
<b>▶ podwieczorek</b>				<b>152</b>	<b>0</b>
● KISIEL Z WIŚNIAMI I BITĄ ŚMIETANA	1 x 150g	Mleko		100	0

# JADŁOSPIS

dzieci

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]
<ul style="list-style-type: none"> <li>• CIASTKA KAKAOWE BEZCUKROWE</li> </ul>	0,25 s50g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	52	

## środa, 9 kwietnia 2025

1142 0

<b>▶ śniadanie</b>				<b>295</b>	<b>0</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kakao</li> </ul>	1 x 200g		Mleko	102	0
<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHLEB orkiszowy</li> </ul>	0,1 s400g		Zboża zawierające gluten	91	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• MASŁO</li> </ul>	0,03 s200g		Mleko	44	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• SZYNKA SOŁTYSÓWKA</li> </ul>	0,016 kg		Seler, Gorczyca	19	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• MOZZARELLA</li> </ul>	0,1 s125		Mleko	35	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• POMIDOR</li> </ul>	0,02 kg			3	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ROSZPONKA</li> </ul>	0,05 s100g			1	
<b>▶ drugie śniadanie</b>				<b>64</b>	<b>0</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHIPSY jabłkowe naturalne</li> </ul>	1 s18g			64	
<b>▶ obiad</b>				<b>502</b>	<b>0</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zupa ziemniczana</li> </ul>	1 x 200g		Seler, Gorczyca	92	0
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Łazanki z mięsem i kiszoną kapusta</li> </ul>	1 x 200g		Zboża zawierające gluten, Jaja, Seler	400	0
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Napar z rumianku</li> </ul>	1 x 200g			10	0
<b>▶ podwieczorek</b>				<b>281</b>	<b>0</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• SMOOTHIE ZE SZPINAKIEM, KIWI I SOKIEM Z POMARAŃCZY</li> </ul>	1 x 200g			170	0
<ul style="list-style-type: none"> <li>• CIASTKA OWSIANIE Z CZEKOLADĄ</li> </ul>	0,1 s210g		Zboża zawierające gluten, Jaja	111	

## czwartek, 10 kwietnia 2025

1149 0

<b>▶ śniadanie</b>				<b>236</b>	<b>0</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Herbata z cytryną</li> </ul>	1 x 150g			18	0
<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHLEB ŻYTNY Z POSYPKĄ</li> </ul>	0,1 s400g		Zboża zawierające gluten, Sezam	97	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• MASŁO</li> </ul>	0,03 s200g		Mleko	44	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• PASTA Z TWAROGU I PIECZONEGO ŁOSOSIA Z DODATKIEM KOPERKU</li> </ul>	1 x 35g		Mleko, Ryby	71	0
<ul style="list-style-type: none"> <li>• RZODKIEWKA</li> </ul>	0,1 s200g			3	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGÓREK ŚWIEŻY</li> </ul>	0,02 kg			3	
<b>▶ drugie śniadanie</b>				<b>86</b>	<b>0</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gruszka</li> </ul>	0,15 kg			86	
<b>▶ obiad</b>				<b>439</b>	<b>0</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• BARSZCZ CZERWONY Z KLUSECZKAMI ZABIELANY</li> </ul>	1 x 200g		Mleko, Seler	47	0
<ul style="list-style-type: none"> <li>• GULASZ WIEPRZOWY</li> </ul>	1 x 100g		Zboża zawierające gluten, Seler	258	0
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kasza gryczana gotowana na sypko</li> </ul>	1 x 100g		Zboża zawierające gluten	101	0
<ul style="list-style-type: none"> <li>• OGÓREK kiszony</li> </ul>	0,05 kg			6	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kompot z jabłek</li> </ul>	1 x 200g			27	0
<b>▶ podwieczorek</b>				<b>388</b>	<b>0</b>

# JADŁOSPIS

dzieci

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]
● SOK NATURALNY POMARAŃCZOWY	0,125 l			74	
● CIASTO JOGURTOWE Z JAGODAMI	1 x 100g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	314	0

## piątek, 11 kwietnia 2025

1004 0

<b>▶ śniadanie</b>				<b>286</b>	<b>0</b>
● kawa na mleku	1 x 200g		Mleko	97	0
● CHLEB ZWYKŁY	0,07 s500g		Zboża zawierające gluten	90	
● MASŁO	0,03 s200g		Mleko	44	
● ŁOPATKA PIECZONA	0,016 kg		Seler, Gorczyca	51	
● RUKOLA	0,05 s100g			1	
● POMIDOR	0,02 kg			3	
<b>▶ drugie śniadanie</b>				<b>55</b>	<b>0</b>
● JABŁKA	0,12 kg			55	
<b>▶ obiad</b>				<b>424</b>	<b>0</b>
● ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM	1 x 200g		Zboża zawierające gluten, Jaja, Seler	96	0
● FILET Z FLĄDRY PANIEROWANY SMAŻONY	1 x 80g		Jaja, Ryby	163	0
● Surówka wielowarzywna	1 x 80g		Jaja, Seler	77	0
● Ziemniaki z wody	1 x 100g			88	0
● Napar z mięty	1 x 200g			0	0
<b>▶ podwieczorek</b>				<b>239</b>	<b>0</b>
● JOGURT NATURALNY	1 s180g		Mleko	108	
● PŁATKI ŻYTNIE CZEKOLADOWE	0,1 s250g		Zboża zawierające gluten	81	
● MANDARYNKA	0,12 kg			50	