

JADŁOSPIS

dzieci

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

poniedziałek, 5 maja 2025

978 0

▶ śniadanie				224	0
• Herbata z cytryną	1 x 150g			18	0
• BUŁKA FITNES	0,5 s75g	Zboża zawierające gluten		122	
• MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
• KIEŁBASA KRAKOWSKA	0,01 kg	Seler, Gorczyca		32	
• PAPRYKA CZERWONA	0,02 kg			6	
• OGÓREK MAŁOSOLNY	0,02 kg			2	
▶ drugie śniadanie				142	0
• KOKTAJL MLECZNO - BRZOSKWINIOWY	1 x 200g	Zboża zawierające gluten, Mleko		142	0
▶ obiad				408	0
• Zupa ziemniczana	1 x 200g	Seler, Gorczyca		92	0
• NALEŚNIKI Z DŻEMEM	1 x 200g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja		286	0
• Woda z sokiem z pomarańczy	1 x 200g			30	0
▶ podwieczorek				204	0
• Herbata miętowa	1 x 200g			6	0
• CHLEB KASZUBSKI	0,03 s800g	Zboża zawierające gluten		62	
• MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
• PASTA Z JAJ I ŻÓŁTEGO SERA	1 x 30g	Mleko, Jaja		90	0
• POMIDOR	0,01 kg			2	

wtorek, 6 maja 2025

1178 0

▶ śniadanie				417	0
• Płatki ryżowe na mleku	1 x 150g	Mleko		156	0
• SOK NATURALNY JABŁKO/TRUSKAWKA	0,1 l			49	
• CHLEB JOGURTOWY	0,1 s400g	Zboża zawierające gluten, Mleko		104	
• MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
• MIÓD wielokwiatowy	0,02 s1000			64	
▶ drugie śniadanie				92	0
• KIWI	0,15 kg			92	
• ORZECH WŁOSKI	0,01 kg				
▶ obiad				547	0
• Rosół wołowy z makaronem	1 x 200g	Zboża zawierające gluten, Jaja, Seler		93	0
• Pieczone pałki z kurczaka	1 x 120g	Seler		296	0
• SAŁATA Z JOGURTEM GRECKIM	1 x 60g	Mleko		29	0
• MŁODE ZIEMIŃIAKI Z WODY	1 x 100g			96	0
• KOMPOT WIŚNIOWY	1 x 200g			33	0
▶ podwieczorek				122	0
• Galaretka z owocami i bitą śmietaną	1 x 250g	Mleko		73	0

JADŁOSPIS

dzieci

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]
• Herbatniki	1 s14g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	49	

środa, 7 maja 2025

1039 0

▶ śniadanie				326	0
• Bawarka na mleku	1 x 200g	Mleko		108	0
• CHLEB Z LNEM	0,1 s400g	Zboża zawierające gluten		111	
• MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
• SZYNKA GOTOWANA	0,015 kg			15	
• Pasta z zielonego groszku	1 x 30g			39	0
• OGÓREK ŚWIEŻY	0,02 kg			3	
• PAPRYKA CZERWONA	0,02 kg			6	
▶ drugie śniadanie				67	0
• WINOGRONA	0,1 kg			67	
▶ obiad				496	0
• Barszcz ukraiński	1 x 200g	Mleko, Seler		71	0
• Makaron trzykolorowy z pierśią kurczaka i szpinakiem w sosie śmietanowym	1 x 150g	Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja		386	0
• Kompot z czarnej porzeczki	1 x 200g			39	0
▶ podwieczorek				150	0
• Budyń waniliowy z musem malinowym	1 x 220g	Zboża zawierające gluten, Mleko		150	0

czwartek, 8 maja 2025

1131 0

▶ śniadanie				169	0
• Mleko 3,2%	1 x 200g	Mleko		1	0
• CHLEB orkiszowy	0,1 s400g	Zboża zawierające gluten		91	
• MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
• SEREK WIEJSKI	0,06 s500g	Mleko		30	
• RZODKIEWKA	0,05 s200g			2	
• SZCZYPRIOR	0,05 s50g			1	
▶ drugie śniadanie				190	0
• BANAN	0,2 kg			190	
▶ obiad				377	0
• Kapuśniak ze świeżej kapusty	1 x 200g	Seler		67	0
• Gulasz wołowy w sosie własnym	1 x 120g	Zboża zawierające gluten, Seler		159	0
• Kasza gryczana gotowana na sypko	1 x 100g	Zboża zawierające gluten		101	0
• OGÓREK MAŁOSOLNY	0,05 kg			6	
• Kompot wieloowocowy	1 x 200g			44	0
▶ podwieczorek				395	0
• NAPÓJ OWSIANY	0,1 l			54	
• CIASTO MARCHEWKOWE	1 x 80g	Zboża zawierające gluten, Jaja		341	0

JADŁOSPIS

dzieci

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]
piątek, 9 maja 2025				1047	0
▶ śniadanie				424	0
● kawa na mleku	1 x 200g	Mleko		97	0
● CHLEB ZWYKŁY	0,07 s500g	Zboża zawierające gluten		90	
● MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
● Jajecznica na maśle	1 x 60g	Jaja		124	0
● kabanosy	0,02 kg	Seler, Gorczyca		65	
● POMIDOR KOKTAJLOWY	0,02 kg			4	
▶ drugie śniadanie				51	0
● Melon	0,15 kg			51	
▶ obiad				317	0
● Zupa koperkowa z makaronem	1 x 150g	Mleko, Seler		44	0
● KOTLET MIELONY RYBNY	1 x 80g	Jaja, Ryby		105	0
● Surówka z kiszonej kapusty z burakami	1 x 80g			40	0
● Ziemniaki puree	1 x 120g	Mleko		118	0
● Napar z rumianku	1 x 200g			10	0
▶ podwieczorek				255	0
● JOGURT PITNY	1 s170g	Mleko		214	
● WAFLE ryżowe	0,1 s110g			41	