

JADŁOSPIS DLA DZIECI 2! (szkoła)

29.09 – 03.10.2025 r.

	PONIEDZIAŁEK 29.09.2025	WTOREK 30.09.2025	ŚRODA 01.10.2025	CZWARTEK 02.10.2025	PIĄTEK 03.10.2025
OBIAD	• zupa kalafiorowa z ziemniakami i mięsem drobiowym 450ml • Banan 100g Alergeny: seler	• sznycel drobiowy 80g • ziemniaki z zieleniną 170g • marchewka z groszkiem 130g • woda Alergeny: seler, gluten	• zupa wiejska z mięsem 450ml • pieczywo 60g • gruszka 170g Alergeny: seler, mleko, gluten, gorczyca	• kasza z sosem mięsno-jarzynowym (180g +200g) • woda • jabłko 170g Alergeny: mleko, gluten	• kotlet rybny duszony 70g • ziemniaki z zieleniną 180g • surówka z marchwi 120g • woda Alergeny: ryba, jajko, mleko, gluten
Wartość odżywcza podawany ch nasilków	Energia 567kcal Białko 24,9g Tłuszcze 13,1g Węglowodany 51,6g	Energia 581,45kcal Białko 22,45g Tłuszcze 28,33g Węglowodany 67,70g	Energia 570,74kcal Białko 25,98g Tłuszcze 16,14g Węglowodany 90,87g	Energia 583,12kcal Białko 23,97g Tłuszcze 19,10g Węglowodany 91,72g	Energia 557,2kcal Białko 22,5g Tłuszcze 15,3g Węglowodany 85,28g