

JADŁOSPIS DLA DZIECI – szkoła

3.11 – 7.11.2025

	PONIEDZIAŁEK 3.11.2025	WTOREK 4.11.2025	ŚRODA 5.11.2025	CZWARTEK 6.11.2025	PIĄTEK 7.11.2025
OBIAD	• Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze warzywno-mięsnym • Bułka • Banan • Woda Alergeny: seler, gluten, jajko	• Makaron z mięsem mielonym w sosie pomidorowym z przyprawami • Jabłko • Woda Alergeny: Seler, mleko, gluten	• Krupnik z mięsem drobiowym i ziemniakami • pieczywo • mandarynka Alergeny: mleko, gluten,	• udko z kurczaka duszone • kasza bulgur • surówka z marchwi • woda Alergeny: seler, mleko, gluten, jajko	• ryba w sosie pomidorowo-warzywnym • ziemniaki • woda Alergeny: ryba, seler, jajko, mleko, gluten
Wartość odżywcza podawanych posiłków	Suma dnia: Energia 587,08kcal Białko 29,03g Tłuszcze 14,22g Węglowodany 94,78g	Suma dnia: Energia 611,08kcal Białko 21,36g Tłuszcze 24,99g Węglowodany 82,57g	Suma dnia: Energia 629,63kcal Białko 26,18g Tłuszcze 22,61g Węglowodany 87,53g	Suma dnia: Energia 757,08kcal Białko 34,98g Tłuszcze 23,44g Węglowodany 112,17g	Suma dnia: Energia 598,12kcal Białko 22,31g Tłuszcze 22,14g Węglowodany 84,52g