

JADŁOSPIS DLA DZIECI (szkoła)

12.01 – 16.01.2026 r.

	PONIEDZIAŁEK 12.01.2026	WTOREK 13.01.2026	ŚRODA 14.01.2026	CZWARTEK 15.01.2026	PIĄTEK 16.01.2026
OBIAD	• Zupa ogórkowa • z ziemniakami na wywarze warzywno-mięsnym • pieczywo Alergeny: seler laktoza	• Makaron z mięsem mielonym i przyprawami • woda Alergeny: seler, gluten	• Rosół drobiowy z makaronem na wywarze warzywno-mięsnym • pieczywo • Alergeny: seler, mleko, gluten, gorczyca	• Gulasz wieprzowy w sosie własnym • Buraki • woda • jablko Alergeny: mleko, gluten	• kotlet rybny z serem i ziołami • ziemniaki • brokuł duszony na parze • woda Alergeny: ryba, jajko, mleko, gluten
Wartość odżywcza podawanych porcjón	Energia 611,09kcal Białko 29,88g Tłuszcze 19,52g Węglowodany 87,10g	Energia 611,08kcal Białko 21,36g Tłuszcze 24,99g Węglowodany 82,57g	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 578,80kcal Białko 23,27g Tłuszcze 19,19g Węglowodany 88,37g