

JADŁOSPIS DLA DZIECI (szkoła)

07.01 – 9.01.2026r.

	ŚRODA 7.01.2026	CZWARTEK 8.01.2026	PIĄTEK 9.01.2026
OBIAD	• zupa pomidorowa z makaronem na wywarze warzywno mięsnym • pieczywo Alergeny: seler, mleko, gluten, gorczyca	• kasza z sosem mięsno-jarzynowym • Surówka z kapusty świeżej • woda • jablko Alergeny: mleko, gluten	• Ryba • Ziemniaki • Surówka z kapusty kiszonej • Mandarynka Alergeny: ryba, jajko, mleko, gluten
Wartość odżywcza podawanych porcji	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