

## JADŁOSPIS

dzieci

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna		białko	tłuszcze	węglowodany	sól
				[kcal]	[kJ]	[g]	[g]	[g]	[g]
<b>poniedziałek, 27 maja 2024</b>				<b>620</b>	<b>1840</b>	<b>24,9</b>	<b>19,0</b>	<b>89,7</b>	<b>5,081</b>
▶ <b>obiad / I danie</b>				<b>86</b>	<b>360</b>	<b>1,8</b>	<b>3,2</b>	<b>13,3</b>	<b>1,152</b>
• Zupa z selera naciowego	1 x 270ml		Mleko, Seler	86	360	1,8	3,2	13,3	1,152
▶ <b>obiad / II danie</b>				<b>403</b>	<b>932</b>	<b>21,9</b>	<b>15,7</b>	<b>44,8</b>	<b>3,928</b>
• Kasza kuskus	1 x 200g		Zboża zawierające gluten	198	148	5,9	4,5	33,8	1,263
• Gulasz z udźca z indyka	1 x 150g		Zboża zawierające gluten	139	511	14,7	6,9	4,6	1,307
• Surówka z kalarepy	1 x 85g		Mleko, Jaja	66	273	1,3	4,3	6,4	1,358
▶ <b>obiad / deser</b>				<b>131</b>	<b>548</b>	<b>1,2</b>	<b>0,1</b>	<b>31,6</b>	<b>0,001</b>
• Kompot malina-porzeczka	1 x 200ml			31	128	0,2	0,1	7,6	0,001
• Mus owocowy	1 szt.			100	420	1,0		24,0	
<b>wtorek, 28 maja 2024</b>				<b>587</b>	<b>1681</b>	<b>24,4</b>	<b>15,4</b>	<b>92,9</b>	<b>3,187</b>
▶ <b>obiad / I danie</b>				<b>186</b>	<b>783</b>	<b>12,8</b>	<b>6,6</b>	<b>23,3</b>	<b>1,574</b>
• Zupa fasolowa z jarzynami i wędliną	1 x 270ml		Seler	186	783	12,8	6,6	23,3	1,574
▶ <b>obiad / II danie</b>				<b>285</b>	<b>407</b>	<b>8,0</b>	<b>6,8</b>	<b>48,5</b>	<b>1,509</b>
• Pierogi leniwe z masłem	1 x 230g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja	285	407	8,0	6,8	48,5	1,509
▶ <b>obiad / deser</b>				<b>116</b>	<b>491</b>	<b>3,6</b>	<b>2,0</b>	<b>21,1</b>	<b>0,104</b>
• Truskawki	120 g			40	168	0,8	0,5	9,1	0,004
• Actimel	1 szt.			76	323	2,8	1,5	12,0	0,100
<b>środa, 29 maja 2024</b>				<b>523</b>	<b>2161</b>	<b>26,3</b>	<b>18,2</b>	<b>65,7</b>	<b>5,247</b>
▶ <b>obiad / I danie</b>				<b>108</b>	<b>454</b>	<b>2,8</b>	<b>4,1</b>	<b>14,5</b>	<b>1,374</b>
• Zupa z dyni z grzankami	1 x 270ml		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Seler	108	454	2,8	4,1	14,5	1,374
▶ <b>obiad / II danie</b>				<b>362</b>	<b>1485</b>	<b>22,8</b>	<b>13,8</b>	<b>38,3</b>	<b>3,870</b>
• Ziemniaki z masłem	1 x 180g		Mleko	140	593	3,0	1,8	29,3	1,195
• Zrazy drobiowo-wieprzowe pieczone	1 x 130g		Zboża zawierające gluten, Jaja	190	795	19,5	9,5	6,9	1,703
• Kapusta młoda zasmażana	1 x 150g		Zboża zawierające gluten, Mleko	32	97	0,3	2,5	2,1	0,972
▶ <b>obiad / deser</b>				<b>53</b>	<b>222</b>	<b>0,7</b>	<b>0,3</b>	<b>12,9</b>	<b>0,003</b>
• Kompot truskawka, rabarbar, jabłko	1 x 200ml			31	132	0,3	0,2	7,8	0,002
• Morele	1 szt.			22	90	0,4	0,1	5,1	0,001