

JADŁOSPIS

dzieci

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna		białko	tłuszcze	węglowodany	sól
				[kcal]	[kJ]	[g]	[g]	[g]	[g]

poniedziałek, 29 kwietnia 2024

				768	2123	43,5	24,6	96,8	5,598
obiad / I danie				132	323	9,4	5,3	12,0	1,185
• Zupa ogórkowa z ziemniakami	1 x 270ml		Mleko, Seler	132	323	9,4	5,3	12,0	1,185
obiad / II danie				486	1167	31,6	18,7	48,5	4,391
• Kasza kuskus	1 x 200g		Zboża zawierające gluten	222	167	6,5	5,0	37,5	1,457
• Gulasz z udźca z indyka	1 x 150g		Zboża zawierające gluten	215	794	24,2	10,4	6,3	1,400
• Surówka z kapusty białej z marchewką	1 x 70g		Mleko, Jaja	49	206	0,9	3,3	4,7	1,534
obiad / deser				150	633	2,5	0,6	36,3	0,022
• Kompot truskawka-porzeczka	1 x 200ml			28	118	0,2	0,1	6,9	0,001
• Pomarańcza	1 szt.			122	515	2,3	0,5	29,4	0,021

wtorek, 30 kwietnia 2024

				653	2657	27,1	29,4	73,2	5,279
obiad / I danie				113	472	3,1	3,6	17,6	1,201
• Zupa z białych warzyw z grzankami	1 x 270ml		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Seler	113	472	3,1	3,6	17,6	1,201
obiad / II danie				504	2036	23,7	25,7	46,8	4,076
• Ziemniaki z masłem	1 x 180g		Mleko	139	589	3,0	1,7	29,3	1,195
• Kotlet schabowy panierowany	1 x 120g		Zboża zawierające gluten, Jaja	317	1249	19,6	20,6	14,0	1,383
• Mizeria ze śmietaną	1 x 100g		Mleko	48	198	1,1	3,4	3,5	1,498
obiad / deser				36	149	0,3	0,1	8,8	0,002
• Kompot malina, wiśnia, jabłko	1 x 200ml			36	149	0,3	0,1	8,8	0,002