

## JADŁOSPIS SZKOŁA PODSTAWOWA

| DATA                           | OBIAD  |
|--------------------------------|--|
| 06.05.2024<br>PONIEDZIAŁEK     | <p><b>Krupnik ryżowy z włoszczyzną</b><br/>Kcal: 145 B:3 W:21 T:3</p> <p><b>Jajko sadzone, ziemniaki puree, marchew z jabłkiem, kompot owocowy</b><br/>Kcal:360 B:16 W:41 T:15</p>   |
| Alergeny:1,3,5,6,7,8,9,10,11   |  |
| 07.05.2024<br>WTOREK           | <p><b>Zalewajka z ziemniakami</b><br/>Kcal:110 B:3 W:19 T:3</p> <p><b>Filet z kurczaka w sosie musztardowym z makaronem, kompot owocowy</b><br/>Kcal:331 B:21 W: 48 T: 7</p>   |
| Alergeny:1,3,5,6,7,8,9,10,11   |  |
| 08.05.2024<br>ŚRODA            | <p><b>Zupa brokułowa z ptysiami</b><br/>Kcal:118 B:5 W:17 T:2</p> <p><b>Filet z indyka w panierce, ziemniaki puree, mizeria, kompot owocowy</b><br/>Kcal:351 B:23 W:37 T:12</p>  |
| Alergeny:1,3,5,6,7,8,9,10,11   |  |
| 09.05.2024<br>CZWARTEK         | <p><b>Zupa ogórkowa z ziemniakami</b><br/>Kcal:109 B:4 W:13 T:3</p> <p><b>Pierogi z truskawkami, kompot owocowy</b><br/>Kcal:401 B:17 W:45 T:12</p>  |
| Alergeny:1,3,5,6,7,8,9,10,11   |  |
| 10.05.2024<br>PIĄTEK           | <p><b>Zupa pomidorowa z makaronem</b><br/>Kcal:114 B:3 W: 15 T:4</p> <p><b>Kasza gryczana z gulaszem wołowym, surówka z ogórka kiszzonego, marchewki, pora, pietruszki zielonej, kompot owocowy</b><br/>Kcal:311 B:21 W: 42 T: 7</p> |
| Alergeny:1,3,4,5,6,7,8,9,10,11 |  |

Kcal- Kalorie B- Białko W- Węglowodany T- Tłuszcze (wartości podane w gramach)