

	poniedziałek 2026-03-02	wtorek 2026-03-03	środa 2026-03-04	czwartek 2026-03-05	piątek 2026-03-06
Zupa	.Zupa krem kalafiorowy z cieciorą na wywarze mięsno-warzywnym 350g (07, 09) Woda, Kalafior, Ziemniaki, Mleko 2%, Marchew, Cieciora, Cebula, Kurczak, Pietruszka, Por, Olej rzepakowy, Seler korzeniowy, Pietruszka, Sok z cytryny	.Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami na wywarze mięsno-warzyw. 300g (09) Woda, Ziemniaki, Marchew, Cebula, Pietruszka, Seler korzeniowy, Kapusta kiszona, Kurczak, Oliwa z oliwek, Koncentrat pomid. 30%, Por, Czosnek	.Krupnik z kaszy jęczmiennej na wywarze mięsno-warzywnym 301g (01, 09) Woda, Ziemniaki, Kasza jęczmienna perłowa, Marchew, Pietruszka, Kura, Seler korzeniowy, Olej rzepakowy, Pietruszka	..Rosół z makaronem i natką pietruszki z lubczykiem 301g (01, 09) Woda, Makaron pełnoziarnisty, Marchew, Mięso z ud kurczaka, Pietruszka, Seler korzeniowy, Cebula, Pietruszka, Olej rzepakowy, .Lubczyk	.Zupa ogórkowa z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym 300g (09, 10) Woda, Ogórek kiszony, Ryż biały, Marchew, Pietruszka, Por, Kurczak, Seler korzeniowy, Pietruszka, Olej rzepakowy
II danie	_Pierogi z serem na słodko 180g (01, 07) Mąka pszenna, Twaróg półtłusty, Woda, Śmietana 18%, Cukier puder .Sos jogurtowy z wanilią 60g (07) Jogurt natur. 2%, .Jogurt typu greckiego, Wania ekstrak _Owoc sezonowy do rączki 100g Gruszka .Woda niegazowana 200g Woda	.Spaghetti w sosie bolognese z mięsem wieprzowym i wiórkami marchewki 350g (01) Woda, .Pomidory pelati, krojone, w puszcze, Makaron pełnoziarnisty, Karkówka wieprzowa, Marchew, Szynka wieprzowa, Olej rzepakowy, Cebula, Przecier pomidorowy, Mąka ziemniaczana, Bazylia, Czosnek .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone	_Kotleciki z kurczaka saute 59g Pierś z kurczaka, Olej rzepakowy .Sos koperkowy 30g (01, 07) Mleko 2%, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, .Koperek _Ryż z oliwą 150g Woda, Ryż biały, Oliwa z oliwek Buraczki z dodatkiem jabłka 100g Buraki, Jabłko, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone	_Potrawka z indyka z marchewką, kalafior i zielonym groszkiem 200g (07) Pierś z indyka, Marchew, Kalafior, Groszek zielony, Śmietana 30%, Cebula, Olej rzepakowy, Mąka ziemniaczana, Czosnek .Kasza bulgur z olejem 150g (01) Woda, Kasza bulgur, Olej rzepakowy .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone	.Filet z miruny w panierce 100g (01, 04) .Miruna, świeża, filet bez skóry, Bułka tarta, Oliwa z oliwek, Pietruszka .Ziemniaki gotowane 150g Ziemniaki, Olej rzepakowy .Surówka wielowarzynna z olejem 100g Kapusta biała, Kapusta pekińska, Marchew, Papryka czerwona, Ogórek świeży, Olej rzepakowy, Pietruszka, Sok z cytryny .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone
Suma	E: 599.64 B: 26.13, T: 16.84, W: 86.67,	E: 619.39 B: 27.48, T: 23.67, W: 75.72,	E: 627.9 B: 22.11, T: 25.03, W: 82.36,	E: 602.16 B: 30.57, T: 21.05, W: 77.67,	E: 598.29 B: 22.6, T: 25.89, W: 73.27,

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne

Liczbą oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 (dokładna lista alergenów zamieszczona obok); E-energia, B-białko, T-tłuszcz, W-węglowodany org. Jadłospis opracowany przez zespół DIET4KIDS dietetyk dziecięcy Sp. z o.o. w oparciu o wymagania placówki oraz normy żywienia. Jadłospis podlega ochronie praw autorskich. Jadłospis sporządzony dla grupy wiekowej: 7-15 lat.

	poniedziałek 2026-03-09	wtorek 2026-03-10	środa 2026-03-11	czwartek 2026-03-12	piątek 2026-03-13
Zupa	.Zupa jarzynowa z makaronem i mięsiem na wywarze mięsno-warzywnym 352g (01, 09) Woda, Makaron pełnoziarnisty, Ziemniaki, Pierś z kurczaka, Marchew, Cukinia, Przecier pomidorowy, Kurczak, Pietruszka, Por, Seler korzeniowy, Groszek zielony, Cebula, Olej rzepakowy, Pietruszka	.Zupa koperkowa z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym 300g (09) Woda, Marchew, Ryż biały, Pietruszka, Por, Seler korzeniowy, Koperek, Kurczak	.Zupa pomidorowa z lanymi kluseczkami na wywarze mięsno-warzywnym 301g (01, 03, 07, 09) Woda, Koncentrat pomid. 30%, Marchew, Jajka, Śmietana 30%, Mąka pszenna, Pietruszka, Por, Seler korzeniowy, Kurczak, Pietruszka	_Zupa grysikowa na rosole z natką pietruszki 350g (01, 09) Woda, Marchew, Kasza manna, Pietruszka, Kurczak, Por, Seler korzeniowy, Pietruszka	_Zupa brokułowa z dodatkiem cukinii i makaronu na wywarze mięsno-warz. 300g (01, 09) Woda, Brokuły, Marchew, Ziemniaki, Cukinia, Makaron pełnoziarnisty, Pietruszka, Kurczak, Por, Seler korzeniowy, Olej rzepakowy
II danie	_Drożdżowe racuchy z jabłkiem - wyr. wł. 160g (01, 03, 07) Mąka pszenna, Mleko 2%, Jabłko, Jajka, Olej rzepakowy, Drożdże, Cukier .Dip jogurtowo-cynamonowy 50g (07) Jogurt grecki, Jogurt natur. 2%, Cynamon .Surówka z marchewki z cytryną 100g Marchew, Olej rzepakowy, Sok z cytryny .Woda niegazowana 200g Woda	_Zapiekanka makaronowa z kurczakiem i brokułami pod beszamelem 380g (01, 07) Woda, Brokuły, Podudzie indyka, Makaron pełnoziarnisty, Mleko 2%, Ser Mozzarella, Masło, Mąka pszenna, Oliwa z oliwek .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone	_Kotlety mielone wieprzowe z pieca 101g (01, 03) Łopatką wieprzową, Jajka, Cebula, Bułka tarta, Bułka pszenna, Olej rzepakowy _Puree ziemniaczane z masłem 150g (07) Ziemniaki, Mleko 2%, Masło .Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i sosem jogurtowym 100g (07) Kapusta pekińska, Ogórek świeży, Jogurt natur. 2%, Olej rzepakowy, Cebula, Szczypiorek, Sok z cytryny .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone	_Eskalopki z kurczaka w sosie porowo-śmietanowym 120g (01, 07, 09) Pierś z kurczaka, Śmietana 18%, Por, Woda, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, Marchew, Pietruszka, Seler korzeniowy _Ryż z oliwą 150g Woda, Ryż biały, Oliwa z oliwek _Surówka z buraków z cebulką 100g Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone	_Paluszki rybne z pieca - wyrób własny 120g (01, 03, 04) Dorsz, Jajka, Płatki kukurydziane, Mąka pszenna, Olej rzepakowy, Sok z cytryny .Ziemniaki gotowane 149g Ziemniaki, Olej rzepakowy _Surówka z kiszonej kapusty z dodatkiem oleju lnianego 100g Kapusta kiszona, Cebula, Olej rzepakowy, Olej lniany, Pietruszka .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone
Suma	E: 621.63 B: 23.31, T: 22.29, W: 84.82,	E: 597.47 B: 33.25, T: 17.99, W: 77.42,	E: 602.23 B: 28.56, T: 28.3, W: 62.13,	E: 604.23 B: 24.96, T: 18.44, W: 89.26,	E: 597.96 B: 28.1, T: 23.9, W: 73.97,

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Liczba oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 (dokładna lista alergenów zamieszczona obok); E-energia, B-białko, T-tłuszcz, W-węglowodany org. Jadłospis opracowany przez zespół DIET4KIDS dietetyk dziecięcy Sp. z o.o. w oparciu o wymagania placówki oraz normy żywienia. Jadłospis podlega ochronie praw autorskich. Jadłospis sporządzony dla grupy wiekowej: 7-15 lat.

	poniedziałek 2026-03-16	wtorek 2026-03-17	środa 2026-03-18	czwartek 2026-03-19	piątek 2026-03-20
Zupa	.Zupa kalafiorowa z lanym ciastem na wywarze mięsno-warzywnym 350g (01, 03, 07, 09) Woda, Kalafior, Śmietana 12%, Jajka, Cebula, Kurczak, Mąka pszenna, Oliwa z oliwek, Marchew, Pietruszka, Seler korzeniowy, Por, Czosnek	.Zupa ogórkowa z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym 299g (09, 10) Woda, Ogórek kiszony, Ryż biały, Marchew, Pietruszka, Kurczak, Por, Seler korzeniowy, Olej rzepakowy, Pietruszka	Zupa krem z soczewicy i warzyw 300g (09) Woda, Soczewica czerwona, Marchew, Cebula, Pietruszka, Kurczak, Seler korzeniowy, Oliwa z oliwek .Groszek ptysiowy 7g (01, 03) Groszek ptysiowy	..Rosół z makaronem i natką pietruszki z lubczykiem 351g (01, 09) Woda, Makaron pełnoziarnisty, Marchew, Pietruszka, Mięso z ud kurczaka, Seler korzeniowy, Cebula, Pietruszka, .Lubczyk	.Krupnik jęczmienny na wywarze mięsno-warzywnym 350g (01, 09) Woda, Ziemniaki, Kasza jęczmienna perłowa, Marchew, Pietruszka, Kurczak, Seler korzeniowy, Koperek
II danie	.Stripsy z kurczaka w razowej panierce z pieca 90g (01, 03) Pierś z kurczaka, .Bułka tarta pełnoziarnista, Jajka, Olej rzepakowy _Ryż z oliwą 150g Woda, Ryż biały, Oliwa z oliwek _Surówka coleslaw z jogurtem 100g (07) Kapusta biała, Jogurt natur. 2%, Jabłko, Cebula, Marchew, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Koperek .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone	_Makaron w sosie bolognese z mięsem wieprzowym i wiórkami marchewki 320g (01) Woda, .Pomidory pelati, krojone, w puszcze, Makaron pełnoziarnisty, Karkówka wieprzowa, Marchew, Szynka wieprzowa, Olej rzepakowy, Cebula, Przecier pomidorowy, Mąka ziemniaczana, Bazylia, Czosnek .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone	.Naleśniki tradycyjne 180g (01, 03, 07) Mleko 2%, Woda, Mąka pszenna, Jajka, Olej rzepakowy, Cukier _Serek homogenizowany z jogurtem 80g (07) Serek homogenizowany naturalny bez cukru, Piątnica, Jogurt natur. 2% .Mus truskawkowy 100g Truskawki .Woda niegazowana 200g Woda	..Roladki ze schabu z marchewką i porem z pieca 100g (01, 03, 07) Schab wieprzowy, Marchew, Bułka tarta, Por, Śmietana 18%, Jajka, Olej rzepakowy, Czosnek .Sos śmietanowo-ziolowy 30g (07) Śmietana 18%, Mąka ziemniaczana, Pietruszka, Koperek .Kasza jęczmienna z olejem 130g (01) Woda, Kasza jęczmienna perłowa, Olej rzepakowy _Surówka z czerwonej kapusty 80g Kapusta czerwona, Jabłko, Cebula, Sok z cytryny, Olej rzepakowy, Pietruszka, Sok z cytryny .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone	.Filet z miruny w tradycyjnej panierce 100g (01, 03, 04) .Miruna, świeża, filet bez skóry, Jajka, Woda, Mąka pszenna, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Sok z cytryny .Ziemniaki pieczone z oliwą 150g Ziemniaki, Oliwa z oliwek .Surówka z białej kapusty z jabłkiem i marchewką 101g Kapusta biała, Jabłko, .Oliwa z oliwek z rozmarynem, Marchew, Sok z cytryny .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone
Suma	E: 606.33 B: 27.14, T: 22.33, W: 78.32,	E: 603.34 B: 26.17, T: 22.46, W: 75.12,	E: 589.35 B: 25.22, T: 25.27, W: 68.75,	E: 604.12 B: 28.82, T: 18.67, W: 83.07,	E: 610.07 B: 24.45, T: 22.79, W: 81.85,

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne

Liczbą oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 (dokładna lista alergenów zamieszczona obok); E-energia, B-białko, T-tłuszcz, W-węglowodany org. Jadłospis opracowany przez zespół DIET4KIDS dietetyk dziecięcy Sp. z o.o. w oparciu o wymagania placówki oraz normy żywienia. Jadłospis podlega ochronie praw autorskich. Jadłospis sporządzony dla grupy wiekowej: 7-15 lat.

	poniedziałek 2026-03-23	wtorek 2026-03-24	środa 2026-03-25	czwartek 2026-03-26	piątek 2026-03-27
Zupa	.Zupa krem grochowy z ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym 300g (09) Woda, Ziemniaki, Groch, Marchew, Pietruszka, Kura, Por, Seler korzeniowy, Pietruszka, Olej rzepakowy	.Zupa koperkowa z lanymi kluskami na wywarze mięsno-warzywnym 301g (01, 03, 09) Woda, Marchew, Pietruszka, Jajka, Cebula, Seler korzeniowy, Mąka pszenna, Olej rzepakowy, Kurczak, Por, Koper	.Zupa jarzynowa z ryżem i dodatkiem brukselki na wywarze mięsno-warz. 300g (07, 09) Woda, .Ziemniaki, Ryż biały, Brukselka, Fasolka szparagowa, Kalafior, Pietruszka, Por, Śmietana 12%, Marchew, Kurczak, Seler korzeniowy, Olej rzepakowy	_Zupa ziemniaczana na wywarze mięsno-warzywnym 300g (09) Woda, .Ziemniaki, Marchew, Pietruszka, Cebula, Seler korzeniowy, Kurczak, Por, Olej rzepakowy, Pietruszka, Czosnek .Grzanki 16g (01) Chleb żytni razowy, Olej rzepakowy	.Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym 350g (01, 09) Woda, Pomidory z puszek, Makaron pełnoziarnisty, Passata - przetarte pomidory, Marchew, Kurczak, Pietruszka, Olej rzepakowy, Por, Seler korzeniowy, Pietruszka
II danie	.Makaron z twarogiem 250g (01, 07) Woda, Makaron pełnoziarnisty, Twaróg półtłusty, Śmietana 30%, Masło .Mus truskawkowy 100g Truskawki .Woda niegazowana 200g Woda	.Potrawka meksykańska z kurczakiem, fasolą, kukurydzą i papryką z pomidorami 200g Pierś z kurczaka, Pomidory z puszek, Papryka czerwona, Fasola czerwona z puszek, Cebula, .Kukurydza konserwowa, bez cukru, Olej rzepakowy, Czosnek .Ryż basmati z olejem 129g Woda, Ryż basmati, Olej rzepakowy .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone	.Schab w sosie własnym 100g (01) Schab wieprzowy, Woda, Cebula, Oliwa z oliwek, Mąka pszenna .Kasza bulgur z olejem 150g (01) Woda, Kasza bulgur, Olej rzepakowy .Surówka z buraków z dodatkiem jabłka 100g Buraki, Jabłko, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone	.Mini pulpeciki z indyka w sosie śmietanowym 150g (01, 03, 07) Pierś z indyka, Woda, Śmietana 18%, Jajka, Bułka tarta, Cebula, Mąka pszenna _Ryż z oliwą 150g Woda, Ryż biały, Oliwa z oliwek .Surówka z marchewki i jabłka z sosem cytrynowym 100g Marchew, Jabłko, Olej rzepakowy, Sok z cytryny .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone	.Domowe paluszki rybne z pieca - wyr.wł. 100g (01, 03, 04) .Morszczuk, świeży, filet bez skóry, Bułka tarta, Jajka, Mąka pszenna, Sok z cytryny .Ziemniaki gotowane 151g Ziemniaki, Olej rzepakowy .Surówka z pora, białej kapusty i kukurydzy ze śmietaną 99g (07) Kapusta biała, Por, Śmietana 18%, Cebula, Kukurydza .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Kukurydza, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone
Suma	E: 596.11 B: 26.93, T: 22.01, W: 73.9,	E: 602.21 B: 27.13, T: 24.42, W: 74,	E: 599.32 B: 25.56, T: 21.78, W: 81.58,	E: 625.43 B: 24.73, T: 21.93, W: 87.54,	E: 596.98 B: 27.79, T: 19.81, W: 81.59,

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

Liczbą oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 (dokładna lista alergenów zamieszczona obok); E-energia, B-białko, T-tłuszcz, W-węglowodany org. Jadłospis opracowany przez zespół DIET4KIDS dietetyk dziecięcy Sp. z o.o. w oparciu o wymagania placówki oraz normy żywienia. Jadłospis podlega ochronie praw autorskich. Jadłospis sporządzony dla grupy wiekowej: 7-15 lat.

	poniedziałek 2026-03-30	wtorek 2026-03-31	środa 2026-04-01	czwartek 2026-04-02	piątek 2026-04-03
Zupa	.Zupa kalafiorowa z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym 350g (09) Woda, Kalafior, Marchew, Ryż biały, Ziemniaki, Pietruszka, Kurczak, Seler korzeniowy, Por, Olej rzepakowy	.Barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym 300g (09) Woda, Ziemniaki, Buraki, Fasola biała, Marchew, Pietruszka, Kurczak, Por, Cebula, Pietruszka, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Seler korzeniowy, Czosnek	.Żurek z ziemniakami i majerankiem na wywarze mięsno-warzywnym 350g (01, 09) Woda, Ziemniaki, Zakwas z mąki pszennej na barszcz biały, Marchew, Kurczak, Cebula, Seler korzeniowy, Pietruszka, Olej rzepakowy, Czosnek, Majeranek	..Rosół z makaronem i natką pietruszki z lubczykiem 350g (01, 03, 09) Woda, .Makaron dwujajeczny, Marchew, Mięso z ud kurczaka, Pietruszka, Seler korzeniowy, Cebula, Olej rzepakowy, Pietruszka, .Lubczyk	.Zupa ogórkowa z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym 350g (09, 10) Woda, Ogórek kiszony, Ryż biały, Marchew, Pietruszka, Por, Kurczak, Olej rzepakowy, Seler korzeniowy, Pietruszka
II danie	.Pierogi z mięsem mielonym- wyr. wł. 161g (01) Mąka pszenna, Pierś z kurczaka, Łopatka wieprzowa, Woda, Cebula, Marchew, Olej rzepakowy, Pietruszka, Por _Masło do polania 8g (07) Masło .Surówka z ogórka kiszzonego i cebuli 100g (10) Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy _Kompot wieloowocowy - wyr. wł. 200g Woda, .Śliwka z pestką, mrożona, Agrest, mrożony, Rabarbar, .Wiśnie z pestką, mrożone, Porzeczki czarne, Cukier	.Spaghetti w sosie bolognese z mięsem wieprzowym i wiórkami marchewki 300g (01) Woda, .Pomidory pelati, krojone, w puszcze, Makaron pełnoziarnisty, Karkówka wieprzowa, Marchew, Szynka wieprzowa, Olej rzepakowy, Cebula, Przecier pomidorowy, Mąka ziemniaczana, Bazylia, Czosnek .Wiórki sera mozzarella 10g (07) Ser Mozzarella .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone	_Kotleciki z kurczaka saute 69g Pierś z kurczaka, Olej rzepakowy .Sos koperkowy 30g (01, 07) Mleko 2%, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, .Koperek _Ryż z oliwą 150g Woda, Ryż biały, Oliwa z oliwek _Surówka coleslaw z jogurtem 100g (07) Kapusta biała, Jogurt natur. 2%, Jabłko, Cebula, Marchew, Sok z cytryny, Koperek .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone	.Warzywno leczo z udźcem z indyka 251g (01) Udziec indyka, Passata - przetarte pomidory, Papryka czerwona, Cukinia, Papryka żółta, Woda, Cebula, Oliwa z oliwek, Mąka pszenna, Czosnek .Kasza bulgur z olejem 150g (01) Woda, Kasza bulgur, Olej rzepakowy .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone	.Filet z miruny w panierce 99g (01, 04) .Miruna, świeża, filet bez skóry, Bułka tarta, Oliwa z oliwek, Pietruszka .Ziemniaki gotowane 151g Ziemniaki, Olej rzepakowy .Surówka wielowarzywna z olejem 100g Kapusta biała, Kapusta pekińska, Marchew, Papryka czerwona, Ogórek świeży, Olej rzepakowy, Pietruszka, Sok z cytryny .Kompot wieloowocowy bez cukru 200g Woda, Jabłko, Truskawki, Śliwki bez pestek, Agrest, mrożony, Wiśnie, Porzeczki, mrożone
Suma	E: 620.52 B: 22.73, T: 27.06, W: 75.59,	E: 593.77 B: 29.8, T: 21.52, W: 73.27,	E: 602.7 B: 24.67, T: 21.59, W: 80.71,	E: 610.51 B: 28.46, T: 21.03, W: 83.55,	E: 622.62 B: 23.29, T: 29.37, W: 70.93,

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne

Liczbą oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 (dokładna lista alergenów zamieszczona obok); E-energia, B-białko, T-tłuszcz, W-węglowodany org. Jadłospis opracowany przez zespół DIET4KIDS dietetyk dziecięcy Sp. z o.o. w oparciu o wymagania placówki oraz normy żywienia. Jadłospis podlega ochronie praw autorskich. Jadłospis sporządzony dla grupy wiekowej: 7-15 lat.