

JADŁOSPIS
od 22.01.2024 r. do 26.01.2024 r.
Szkoła Podstawowa

DATA	OBIAD
PONIEDZIAŁEK	Ziemniaki, kurczak z bukietem warzyw w sosie śmietanowym (*1,7), kompot*** WARTOŚĆ ENERGETYCZNA POSIŁKU: 800 kcal
WTOREK	Zupa z zielonego groszku (gotowana na porcji rosółowej drobiowej), z ziemniakami i zieloną pietruszką (*7,9), pieczywo 7 ziaren, mandarynka WARTOŚĆ ENERGETYCZNA POSIŁKU: 780 kcal
ŚRODA	Pierogi ruskie z ziemniaków i twarogu półtłustego 4% (1,3) okraszone cebulką, surówka z białej kapusty, kompot*** WARTOŚĆ ENERGETYCZNA POSIŁKU: 800 kcal
CZWARTEK	Zupa barszcz biały (gotowana na porcji rosółowej drobiowej), z ziemniakami, kiełbasą** i jajkiem z zieloną pietruszką, pieczywo pszenne, banan WARTOŚĆ ENERGETYCZNA POSIŁKU: 790 kcal
PIĄTEK	Ziemniaki, paluszki rybne z fileta z mintaja**** (1,3,7), surówka z kapusty kiszanej (1*), kompot*** WARTOŚĆ ENERGETYCZNA POSIŁKU: 800 kcal

** Kiełbasa zwyczajna (jakość extra).

*** Zawartość cukru w napoju wynosi nie więcej niż 10g w 100ml produktu gotowego do spożycia, bez dodatku substancji słodzących.

**** Zawartość mięsa ryb wynosi nie mniej niż 60% w 100g produktu gotowego do spożycia.