

JADŁOSPIS SZKOLNY

8-12.09.2025

	^Wartości odżywcze jednostki	ZUPA	II DANIE
pondzialek	E [kcal]: 561.15 , B [g]: 18.82 , T [g]: 20.97 , W [g]: 78.3	Zupa ogórkowa zabieleną z ziemniakami na wywarze warzywnym (250ml) 7,9,10, B/mlecz.:śmietanka z soczewicy, reszta jw., B/jaj.:jw., B/glut.: jw., Waga.: jw.,	Spaghetti bolognese wieprzowo-wołowa (250g) 1 wielowocowy - wyr. wł (180ml) / woda ni
wtorek	E [kcal]: 613.97 , B [g]: 25.75 , T [g]: 23.83 , W [g]: 77.59	Zupa fasolowa zabieleną na wywarze mięsno-warzywnym (250ml) 7,9, B/mlecz.:śmietanka kokosowa, reszta jw., B/jaj.:jw., B/glut.: jw., Waga.: zupa na wywarze warzywnym 7,9,	Naleśniki z twarogiem domowym ze śmietanki (150g/60g/30g) 1,3,7, prażone jabłko (80g), kom (180ml) / woda niegazowana B/mlecz.:naleśniki na bazie napoju sojowego 1,3,6, twaróg: reszta jw., B/jaj.:naleśniki z zagęstnikiem z banana 1,7, reszta jw., B/glut.: naleśniki na bazie gryczanej i ziemniaczanej 3,7, reszta Waga.: jw.,
środa	E [kcal]: 654.1 , B [g]: 28.42 , T [g]: 30.68 , W [g]: 71.55	Zupa krem marchewkowy zabieleną z imbirem i grzankami na wywarze warzywnym (250ml) 1,7,9, B/mlecz.:śmietanka z soczewicy, reszta jw., B/jaj.:jw., B/glut.: grzanki bezglutenowe, reszta jw., Waga.: jw.,	Stripsy z kurczaka w panierce z dodatkiem mąki ziemniaki (130g), surówka z buraczków (80g), Sa straciatella z musem malinowym (100g) 6,7, kom (180ml) / woda niegazowana B/mlecz.:jogurt sojowy 6, reszta jw., B/jaj.:panierka z zagęstnikiem z mąki i wody 1, reszta jw., B/glut.: panierka z bułką tartą bezglutenową 3, reszta jw., Waga.: kotlet z fasoli białej 1,3, reszta jw.,
czwartek	E [kcal]: 567.85 , B [g]: 18.95 , T [g]: 24.05 , W [g]: 74.32	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną na wywarze warzywnym (250ml) 7,9, B/mlecz.:śmietanka kokosowa, reszta jw., B/jaj.:jw., B/glut.: jw., Waga.: jw.,	Risotto z zielonym groszkiem, pietruszką, marchew sera mozzarella (250g) 7,9, surówka wielowarzywna wielowocowy - wyr. wł (180ml) / woda ni B/mlecz.:risotto z oliwą z oliwek, śmietanką sojową i serem w B/jaj.:jw., B/glut.: jw., Waga.: risotto z warzywami, groszkiem i cielierzycą 7,9, reszta
piątek	E [kcal]: 652.85 , B [g]: 22.19 , T	Tradycyjny rosół z makaronem (250ml) 1,3,9,	Filet rybny z morskizucha z pieca - wyr. wł. (80g) : warzyw na parze z oliwą (cukinia, marchewka mi cukrem pudrem i owocem (60g) 1,3,7, kompot wie woda niegazowana (180