

JADŁOSPIS od 04.06.2018 - 08.06.2018 (grupa szkolna 7-12lat)

	PONIEDZIAŁEK 04.06.2018	WTOREK 05.06.2018	ŚRODA 06.06.2018	CZWARTEK 07.06.2018	PIĄTEK 08.06.2018
	<ul style="list-style-type: none"> • Makaron z sosem pomidorowym 250g • Jogurt pitny • Jabłko, pomarańcza 130g 	<ul style="list-style-type: none"> • Dewolaj 110g • Ziemniaki 200g • Groszek z marchewką 150g • Kompot 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> • Bitki wieprzowe 80g duszone w sosie własnym 100g • Kasza jęczmienna 160g • Fasolka szparagowa 150g • Truskawki 80g • Kompot 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> • Kurczak po chińsku (z warzywami) 250g • Ryż 150g • Kompot 200ml • Ogórek świeży 80g 	<ul style="list-style-type: none"> • Ryba – filet – smażony 110g • Ziemniaki 200g • Surówka z kapusty białej 150g • Jabłko 60g • Kompot 200ml
	alergeny: gluten, mleko, gorczyca	alergeny: gluten, jajko, mleko	alergeny: gluten, mleko	alergeny: gluten, seler, mleko	alergeny: gluten, jajka, ryba
	Energia 666,85kcal Białko 29,20g Tłuszcz 21,90g Węgl. Ogółem 93,60g	Energia 671,84kcal Białko 37,10g Tłuszcz 24,70g Węgl. ogółem 87,50g	Energia 678,53kcal Białko 28,70g Tłuszcz 19,90g Węgl. ogółem 108,50g	Energia 668,08kcal Białko 33,10g Tłuszcz 16,42g Węgl. ogółem 107,88g	Energia 670,02kcal Białko 29,30g Tłuszcz 22,50g Węgl. ogółem 99,60g

Zgodnie z informacją umieszczoną na opakowaniach przypraw, które są stosowane do przygotowania dań, wszystkie potrawy mogą zawierać śladowe ilości orzechów arachidowych, gorczycy i soi.

JADŁOSPIS od 04.06.2018 - 08.06.2018 (grupa szkolna 13-15lat)

	PONIEDZIAŁEK 04.06.2018	WTOREK 05.06.2018	ŚRODA 06.06.2018	CZWARTEK 07.06.2018	PIĄTEK 08.06.2018
OBIAD	<ul style="list-style-type: none"> • Makaron z sosem pomidorowym 300g • Jogurt pitny 250g • Jablko, pomarańcza 170g <p>alergeny: gluten, mleko, gorczyca</p> <p>Energia 759,05cal Białko 32,40g Tłuszcz 25,40g Węgl. Ogółem 105,90g</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dewolaj 120g • Ziemniaki 220g • Groszek z marchewką 150g • Kompot 200ml <p>alergeny: gluten, jajko, mleko</p> <p>Energia 727,70kcal Białko 40,19g Tłuszcz 25,28g Węgl. ogółem 97,16g</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bitki wieprzowe 90g duszone w sosie własnym 120g • Kasza jęczmienna 180g • Fasolka szparagowa 150g • Truskawki 120g • Kompot 200ml <p>alergeny: gluten, mleko</p> <p>Energia 750,23kcal Białko 31,70g Tłuszcz 21,20g Węgl. ogółem 121,70g</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Kurczak po chińsku (z warzywami) 270g • Ryż 200g • Kompot 200ml • Ogórek świeży 100 <p>alergeny: gluten, seler, mleko</p> <p>Energia 733,68kcal Białko 36,20g Tłuszcz 16,70g Węgl. ogółem 121,10g</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ryba – filet – smażony 110g • Ziemniaki 200g • Surówka z kapusty białej 150g • Jablko 120g • Kompot 200ml <p>alergeny: gluten, jajka, ryba</p> <p>Energia 742,42kcal Białko 30,20g Tłuszcz 22,70g Węgl. ogółem 117,40g</p>

Zgodnie z informacją umieszczoną na opakowaniach przypraw, które są stosowane do przygotowania dań, wszystkie potrawy mogą zawierać śladowe ilości orzechów arachidowych, gorczycy i soi.