

Jadłospis 16-20.02.2026

PONIEDZIAŁEK

- ✓ **Obiad:** zupa brokułowa z ziemniakami, zabelana [seler, mleko](250 ml), makaron z sosem neapolitańskim i mozzarellą [gluten, jaja, mleko] (150g/100g/20g); kompot (250 ml)

WTOREK

- ✓ **Obiad:** zupa grysikowa [seler, gluten](250 ml), zraz drobiowy mielony [gluten, jaja] (100g), surówka z czerwonej kapusty (100g), ziemniaki (140g); kompot (250 ml)

ŚRODA

- ✓ **Obiad:** krupnik zabelany [seler, gluten, mleko](250 ml), pierogi ruskie - wyrób własny [gluten, jaja, mleko](200g), kompot (250 ml)

CZWARTEK

- ✓ **Obiad:** zupa ziemniaczana z tymiankiem [seler](250 ml), gołąbki z kapustą bez zawijania z sosem pomidorowym [gluten](220g/50g), kompot (250 ml)

PIĄTEK

- ✓ **Obiad:** krem z białych warzyw z grzankami razowymi [seler, gluten](250 ml/ 20g), ryba w panierce [gluten, jaja, ryby](100g), ziemniaki (150g), surówka z marchwi (100g), kompot (250 ml)
 - ✓ **Obiad II:** krem z białych warzyw z grzankami razowymi [seler, gluten](250 ml/ 20g), KOTLECİK WARZYWNY Z DODATKIEM CIECIERZYCY (100g), ziemniaki (150g), surówka z marchwi (100g), kompot (250 ml)
- * wariant II możliwy do zamówienia tylko w piątek**

*kompot z czerwonej i czarnej porzeczki oraz śliwek, 3g cukru/ 250 ml

*potrawy przygotowywane są w piecu konwekcyjno- parowym, z wykluczeniem smażenia

*zupy zabelane są pół na pół mlekiem i śmietaną

Średnia kaloryczność posiłków w szkole w ciągu obecnego tygodnia: 554,4 kcal,

średnia zawartość: białka – 25,2 g, tłuszczy – 16,2 g, węglowodanów: 80,4 g

