JADŁOSPIS
W DNIACH OD 26.10. - 30.10.2026

Data	*I ŚNIADANIE*	*II ŚNIADANIE*	*OBIAD*	*KOLACJA*
26.10 2026 **B-80g** **T-88g** **W-346g**	Kakao(7) 250 ml, masło(7) 10g, dżem 5g, miód 5g, twarożek 70g, szczypior 8g rzodkiewka 30g, herbata z cytryną, bułeczka ziarnista 70g,(1,11,7) kajzerka 50g, 663,90 kcal	masło(7) 10g, sałata 8g, ser żółty(7) 35g, ogórek świeży 70g, pieczywo razowe i pszenno-żytnie 150g,(1,11,6,7) jabłko 150g 369,2 kcal	zupa brokułowa z ziemniakami vege(9,7) 400g, leczo z indyka 150g, kasza jęczmienna (1)100g, kompot 250 ml,banan 200g, 910,50 kcal B-27g, T-30g, W-118g	ziemniaki opiekane 300g, kefir(7) 150 ml masło(7) 20g, ser żółty 35g, sałata 8g, schab pieczony(1,3,9,10,) 40g, ogórek kiszony 70g, herbata z cytryną, pieczywo pełnoziarniste i pszenno-żytnie 100g,(1,6,7,11) 667,60 kcal razem: 2611,20 kcal
27.10. 2026 **B-79g** **T-99g** **W-383g**	Kasza manna(1,7) 350g, masło(7) 10g, wędlina drobiowa 20g(3,6,7,9), papryka świeża 70g, bułeczka ziarnista 70g, (1,11,7) kajzerka 50g,(1,6,7,11) 537,30kcal	masło 10g, wędlina drobiowa(3,6,7,9) 20g, sałata 8g, ser żółty(7) 35g, pieczywo razowe i pszenno-żytnie 100g, 386,10 kcal	ryżanka z ryżem brązowym vegan(9,) 400g, ryba smażona(4,3,1) 150g, ziemniaki z koperkiem 300g, surówka z białej kapusty 175g, kompot 250 ml , jabłko 200g, 1007,00 kcal B-35g, T-44g, W-171g	mozzarella z(7)z pomidorem i sałatą 150g, masło(7) 20g, szynka wiejska (1,8,9,10,6) herbata z cytryną, pieczywo pełnoziarniste i pszenno-żytnie 100g,(1,6,7,11) 668,90 kcal razem: 2599,30 kcal
28.10. 2026 **B-73g** **T-75g** **W-289g**	Kakao(7) 250 ml, masło(7) 10g, wędlina drobiowa(3,6,7,9) 20g, sałata 8g, jajko na twardo(3) 60g, szczypior 5g, ogórek świeży 70g, bułeczka ziarnista 70g,(1,11,7) kajzerka 50g, 548 kcal	masło(7) 10g, wędlina drobiowa(3,6,7,9) 20g, pomidor 70g, pieczywo razowe i pszenno-żytnie 150g,(1,11,6,7) 224,1 kcal	zupa szpinakowa vege(9,7) 400g, fasolka po bretońsku vegan 350g, pieczywo 100g, kompot 250ml, gruszka 250g, 949 kcal B-30g, T-31g, W-120g	sałatka jarzynowa żółtym serem(7,9)200g słonecznik 10g, kiełbasa szynkowa (1,3,9,10)40g, sałata 8g, herbata z cytryną, pieczywo pełnoziarniste i pszenno-żytnie 100g, 556 kcal razem: 2277,1 kcal

29.10. 2026 **B-86g** **T-92g** **W-341g**	Kawa z mlekiem(1,7) 250ml, wędlina drobiowa(1,10,3,9)20g, masło(7) 10g, papryka świeża70g, bułeczka ziarnista 70g,(1,11,7) kajzerka 50g,(1,6,7,11) 540,50 kcal	masło(7) 10g, wędlina drobiowa(1,10,3,9) 20g, sałata 8g, pieczywo razowe i pszenno-żytnie (1,11,6,7) 150g, serek wiejski(7) 200g, kiwi 150g, 517,1 kcal	zupa krem z buraków vegan(9) 400g, spaghetti pełnoziarniste(7,9) z indykiem 350g, kompot 250 ml, mandarynki 120g, 973,50 kcal B-31g, T-33g, W-133g	zapiekanka z żółtym serem(1,6,7,11) 120g, kiełbasa krakowska(1,7,6,3) 40g, sałata 8g, ogórek kiszony 70g, herbata z cytryną, pieczywo pełnoziarniste i pszenno-zytnie 100g,(1,6,7,11) 641,90 kcal razem: 2673 kcal
30.10. 2026 **B-61g** **T-92g** **W-341g**	Płatki kukurydziane(8,5,7) 350g, masło(7) 10g, dżem 5g, ser mozzarella(7) 50g, pomidor 70g, sałata 8g, herbata z cytryną, bułeczka ziarnista 70g,(1,11,7) kajzerka 50g,(1,6,7,11) 527,90 kcal	masło(7) 10g,kiełbaska na gorąco 50g(1,7,9,3) 60g, szczypior 8g, sałata 8g, pieczywo razowe i pszenno-żytnie 150g, 275,60 kcal	krupnik z kaszy(9,1) 400g, kotlety ziemniaczane vege(1,3) 300g, sos pomidorowy 50g, brokuł gotowany z masłem(7) 150g, kompot 250 ml, banan 200g, 1070 kcal B-26g, T-40g, W-149g	PROWIANT - czekolada gorzka(3,7,1) 100g, - rogalik(1,3,7,6,8,5) 55g, - jabłko 200g, 569 kcal razem: 2442,5 kcal

W OPARCIU O ROZPORZĄDZENIE MINISTRA ZDROWIA Z 2026r.

ZASTRZEGAMY PRAWO
WPROWADZANIA ZMIAN W JADŁOSPISIE

UWAGA - Z PRODUKTÓW NA DRUGIE ŚNIADANIE PROSZĘ ROBIĆ KANAPKI DO SZKOŁY

LEGENDA: B – Białko, T – Tłuszcze, W – Węglowodany

W jadłospisie numerami oznaczone są substancje i produkty powodujące alergie (Alergeny)

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty oraz przyprawy mogą zawierać

śladowe ilości alergenów glutenu, laktozy, soi, selera i gorczycy.