

|  |  |  |  |   |
|--|--|--|--|---|
| <p><b>Data</b></p> <p><b>13.04.2026</b></p> <p><b>PNIE</b><br/><b>DZIALO</b></p> <p><b>Alergeny:</b><br/>1,3,7,9</p> | <p><b>Wartość</b><br/><b>Odczytanie</b><br/><b>jadłospisy</b></p> <p><b>E[kcal]1030</b><br/><b>B[g]30</b><br/><b>T[g]32</b><br/><b>W[g]130</b></p> | <p><b>ŚNIADANIE</b></p> <p>herbata, pieczywo mieszane, masło, ser, szynka, ogórek</p> <p>II. banan</p> | <p><b>OBIAŁ</b></p> <p>-zupa pomidorowa-250 ml<br/>Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka, korzeń, sól, pieprz, liście laurowe, ziele angielskie, koncentrat pomidorowy, śmietana, natka pietruszki, makaron</p> <p>-klopsiki gotowane w sosie koperkowym-80 g<br/>Składniki: mięso mielone, sól, pieprz, cebula, jaja, bułka tarta, śmietana, koperek, mąka</p> <p>-ziemniaki puree -150 g<br/>-groszek z marchewką-50 g<br/>Składniki: groszek, marchewka, sól, cukier, masło, mąka</p> <p>-woda niegazowana z cytryną -200 ml</p> | <p><b>PODWIECZOREK</b></p> <p>Herbata- 200ml, budyń z sokiem owocowym</p> <p>- warzywa</p>  |
| <p><b>14.04.2026</b></p> <p><b>WTOR</b><br/><b>ROK</b></p> <p><b>Alergeny:</b><br/>1,3,7,9</p>                       | <p><b>E[kcal]1029</b><br/><b>B[g]31</b><br/><b>T[g]30</b><br/><b>W[g]133</b></p>   | <p>kakao, pieczywo mieszane, masło, parówki na ciepło, sos, pomidorowy</p> <p>II. jabłko</p>           | <p>-krupnik-250 ml<br/>Składniki: wywar warzywny (seler, por, pietruszka, marchew), ziemniaki, kasza, sól, ziele angielskie, liście laurowe, śmietana, natka pietruszki</p> <p>-naleśniki -200 g<br/>Składniki: mąka, jaja, mleko, cukier, sól, olej rzepakowy, dżem owocowy</p> <p>-woda niegazowana z pomarańczą-200 ml</p>  | <p>Kawa zbożowa na mleku, ciasto zebra</p> <p>Składniki: mąka, jaja, olej rzepakowy, kakao, cukier, soda oczyszczona</p> <p>- warzywa</p> |
| <p><b>15.04.2026</b></p> <p><b>Sroda</b></p> <p><b>Alergeny:</b><br/>1,3,7,9</p>                                     | <p><b>E[kcal]1028</b><br/><b>B[g]30</b><br/><b>T[g]29</b><br/><b>W[g]122</b></p>   | <p>mleko, pieczywo mieszane z masłem, parówki na ciepło, sos pomidorowy</p> <p>II. gruszka</p>         | <p>-zupa jarzynowa-250 ml<br/>Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka, korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz, natka pietruszki, ziemniaki, kalafior, brokuły, kapusta, natka pietruszki, śmietana</p> <p>-gulasz -80 g<br/>Składniki: mięso wieprzowe, cebula, papryka, cukinia, sól, pieprz, koncentrat pomidorowy, śmietana</p> <p>-makaron-150 g<br/>-woda niegazowana z pomarańczą-200 ml</p>   | <p>herbata, bułka maślana, twarożek</p> <p>- warzywa</p>  |
| <p><b>16.04.2026</b></p> <p><b>Czwartek</b></p> <p><b>Alergeny:</b><br/>1,3,7,9</p>                                  | <p><b>E[kcal]1025</b><br/><b>B[g]31</b><br/><b>T[g]29</b><br/><b>W[g]123</b></p>   | <p>kakao, pieczywo mieszane, masło, wedlina, papryka</p> <p>II. maślanka owocowa</p>                   | <p>-rosół z makaronem-250 ml<br/>Składnik: wywar drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, korzeń, sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe, makaron, natka pietruszki</p> <p>-kotlet z piersi kurczaka w słoneczniku-80 g<br/>Składniki: filet z kurczaka, sól, papryka słodka, mąka, jaja, płatki kukurydziane</p> <p>-ziemniaki-150 g<br/>-buraczki-50 g<br/>Składniki: buraczki, cukier, sól, sok z cytryny</p> <p>-woda niegazowana z cytryną i miętą-200 ml</p>  | <p>Herbata, 200 ml, galaretki owocowa z sosem waniliowym</p> <p>- warzywa</p>   |
| <p><b>17.04.2026</b></p> <p><b>PIATEK</b></p> <p><b>Alergeny:</b><br/>1,3,4,7,9</p>                                  | <p><b>E[kcal]1030</b><br/><b>B[g]28</b><br/><b>T[g]30</b><br/><b>W[g]130</b></p>   | <p>herbata, pieczywo mieszane z masłem, pasta jajeczna, szczypiorek</p> <p>II. pomarańcza</p>          | <p>-kapuśniak- 250 ml<br/>Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka, korzeń, ziemniaki, kapusta, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, koperek</p> <p>-paluszki rybne-80 g<br/>Składniki: filety rybne, jaja, mąka, bułka tarta, sól, pieprz</p> <p>-ziemniaki-150 g<br/>-surówka z kiszonych ogórków-50 g<br/>Składniki: ogórki kiszane, cebula, olej rzepakowy, cukier, sól</p> <p>- woda niegazowana z cytryną</p>  | <p>herbata, jogurt naturalny z truskawkami</p> <p>- warzywa</p>   |