



Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
28.10.2024	<p><b>Kakao na mleku, pieczywo mieszane z masłem, szynka drobiowa, pomidor malinowy, ogórek</b>  <b>Drugie śniadanie: jabłko</b>  <i>Alergeny: gluten, mleko 238 kcal</i></p>	<p><b>Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami, koperek/ Spaghetti z mięsem wieprzowym w sosie bolonese z warzywami, makaron spaghetti/ kompot owocowy</b>  <i>Alergeny: seler, mleko 441 kcal</i></p>	<p><b>Kisiel truskawkowy, flipsy kukurydziane</b>  <i>Alergeny: gluten, jaja 132 kcal</i></p>
29.20.2024	<p><b>Pieczywo mieszane z masłem, jajko na twardo, ogórek, pomidor, herbata malinowa</b>  <b>Drugie śniadanie: marchewka</b>  <i>Alergeny: gluten, mleko 299 kcal</i></p>	<p><b>Zupa pomidorowa z makaronem i koperkiem/ Kotlet De Volai, ziemniaczki, surówka Colesław/ ,kompot owocowy</b>  <i>Alergeny: seler, mleko, gluten, jaja 472 kcal</i></p>	<p><b>Gofry z dżemem, herbata owocowa</b>  <i>Alergeny: mleko 140 kcal</i></p>
30.10.2024	<p><b>Pieczywo mieszane z masłem, pomidor, kiełbaska podwawelska, mix sałat, pomidor, herbata z cytryną</b>  <b>Drugie śniadanie: kalarepa</b>  <i>Alergeny: gluten, mleko 262 kcal</i></p>	<p><b>Zupa grochowa z ziemniakami i majerankiem/ Kotlecik mielony, ziemniaczki, surówka Colesław z kapusty białej, kompot owocowy</b>  <i>Alergeny: gluten, seler 492 kcal</i></p>	<p><b>Kanapki z polędwicą i ogórkiem, owoc</b>  <i>Alergeny: gluten, mleko, jaja 136 kcal</i></p>
31.10.2024	<p><b>Pieczywo z masłem ,twarożek z sera białego ze szczypiorkiem, pomidor, ogórek szynka z piersi z indyka,</b>  <b>Drugie śniadanie: banan</b>  <i>Alergeny: gluten, mleko 214 kcal</i></p>	<p><b>Zupa rosół z kaszą manną i warzywami/ Pulpecik wieprzowy w sosie pieczeniowym, ziemniaczki, surówka z kiszzonej kapusty/ kompot owocowy</b>  <i>Alergeny: seler 465 kcal</i></p>	<p><b>Jogurt owocowy, biszkopty</b>  <i>Alergeny: mleko, gluten 176 kcal</i></p>

Jadłospis może ulec zmianie.

## % Realizacji makroskładników z całego jadłospisu

	Energia z białka (%)	Energia z tłuszczów (%)	Energia z węglowodanów (%)
Norma	10 - 20	20-35	45 - 65
Realizacja zapotrzebowania	15.4	29	57.4