

Jadłospis

03.11.2025 Poniedziałek

Udko pieczone

Ziemniaki

Surówka z białej kapusty

Woda z cytryną

Energia: 597 kcal Białko: 20.7 g Tłuszcze: 20.2 g Węglowodany: 79.5 g

04.11.2025 Wtorek

Zupa pomidorowa z ryżem

Filet gotowany

Jabłko

Pieczyno

Energia: 682 kcal Białko: 24.9 g Tłuszcze: 21,5g Węglowodany: 80g

05.11.2025 Środa

Sphagetti bolognese

Kompot owocowy

Energia: 645 kcal Białko: 22.1g Tłuszcze: 24.1 g Węglowodany: 90,1 g

06.11.2025 Czwartek

Zupa jarzynowa

Parówka

Chleb pszenno-żytni

Jogurt owocowy

Energia: 622 kcal Białko: 23.9 g Tłuszcze: 20,6g Węglowodany: 78.6g

07.11.2025 Piątek

Pierogi leniwe z sosem waniliowym

Woda z cytryną

Energia: 649 kcal Białko: 30.8g Tłuszcze: 18,6 g Węglowodany: 81.9 g

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez pogrubienie.