

JADŁOSPIS DLA SZKÓŁ PODSTAWOWYCH

gramatura /
zapotrzebowanie
energetyczne

data	obiad 2 daniowy	alergeny	6-10 lat	11-16 lat
29.09.2025	krupnik zabielały z ziemniakami	porcja rosółowa z kurczaka, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona, śmietana 15%,	300 ml	350 ml
	fasolka po bretońsku	groch jasiek, marchew, cebula, koncentrat pomidorowy, mięso wieprzowe z topatki, kielbasa - kielbasa toruńska – mięso wieprzowe, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, białek sojowy, przyprawy, gorczyca , boczek – mięso wieprzowe,	200 g	250 g
	butka zwykła	mąka pszenna typ 650, drożdże, sól, cukier	60 g	140
	woda		200 ml	250 ml
		kcal	498	570
30.09.2025	rosół z makaronem	kurczak, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100%, jaja	300 ml	350 ml
	pulpety w sosie własnym	łopatka wieprzowa, cebula, bazylia, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna , butka tarta, jaja kurze, olej rzepakowy, śmietana 30 %	150 g	300 g
	ziemniaki	ziemniaki, masło klarowane, sól	150 g	200 g
	mizeria	ogórek zielony, śmietana 12%, jogurt naturalny, sól, pieprz	100 g	150 g
	woda		200 ml	250 ml
		kcal	680	886

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom