

### JADŁOSPIS: SZKOŁA KARTA 3

| <b>Poniedziałek<br/>12.01</b>                                                                          | <b>Wtorek<br/>13.01</b>                                                                                                                            | <b>Środa<br/>14.01</b>                                                                             | <b>Czwartek<br/>15.01</b>                                                                                                      | <b>Piątek<br/>16.01</b>                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>357kcal;</b> 21,0gB; 8,5gT;<br>49,1gW                                                               | <b>477kcal;</b> 24,5gB; 17,3gT;<br>56,0gW                                                                                                          | <b>367kcal;</b> 16,1gB; 13,2gT;<br>45,9gW                                                          | <b>425kcal;</b> 28,9gB; 16,0gT;<br>43,8gW                                                                                      | <b>427kcal;</b> 17,3gB; 1,6gT;<br>85,9gW                                                                           |
| Zupa brokułowa 350ml<br><br>Wkładka wieprzowa<br>50g<br><br>Pieczywo 50g<br><br><b>Alergeny: 1,7,9</b> | Pulpet wieprzowy 100g<br>w sosie pomidorowym<br>80g<br><br>Ziemniaki 150g<br><br>Surówka z białej<br>rzodkwi 100g<br><br><b>Alergeny: 1,3,7,10</b> | Zupa jarzynowa 350ml<br><br>Wkładka drobiowa 50g<br><br>Pieczywo 50g<br><br><b>Alergeny: 1,7,9</b> | Sznyceł drobiowy 100g<br><br>Ziemniaki 150g<br><br>Surówka z czerwonej<br>kapusty i jabłka 100g<br><br><b>Alergeny: 1,9,10</b> | Zupa pomidorowa z<br>makaronem 350ml<br><br>Wkładka drobiowa 50g<br><br>Pieczywo 50g<br><br><b>Alergeny: 1,7,9</b> |

**PFS** Polfood service | Polska Grupa Żywniowa  
mgr Agnieszka Michalska  
DIETETYK