

# JADŁOSPIS

10.03.2025 r. – 14.03.2025 r.

|                                   | ŚNIADANIE  |
|-----------------------------------|--|
| <b>PONIEDZIAŁEK</b><br>10.03.2025 | Bułka kajzerka ( <b>1, *</b> ) – 60g z masłem ( <b>7</b> ) – 10g, polędwica sopocka ( <b>*</b> ) – 20g, ogórek zielony – 20 g, herbata czarna, cukier – 200ml - <b>274kcal</b> |
| <b>WTOREK</b><br>11.03.2025       | Bułka kajzerka ( <b>1, *</b> ) – 60g, kiełbasa szynkowa( <b>*</b> ) – 20g masło ( <b>7</b> ) 10g, ogórek kiszony – 20g, herbata czarna, cukier – 200ml - <b>285 kcal</b>       |
| <b>ŚRODA</b><br>12.03.2025        | Bułka długa ( <b>1, *</b> ) – 90g, parówka z szynki na gorąco ( <b>*</b> ) – 50g, ketchup 10g, herbata czarna, cukier – 200ml <b>443 kcal</b>                                  |
| <b>CZWARTEK</b><br>14.03.2025     | Bułka kajzerka ( <b>1, *</b> ) – 60g masło ( <b>7</b> ) -10g, szynka miodowa ( <b>*</b> ) – 25g, pomidor - 20g, herbata czarna ,cukier 200ml – <b>275 kcal</b>                 |
| <b>PIĄTEK</b><br>15.03.2025       | Bułka kajzerka ( <b>1</b> ) – 60g z masłem ( <b>7</b> ) – 10g, dżem z owoców bez cukru – 10g<br>herbata czarna, cukier-200ml - <b>264 kcal</b>                                 |

(\*) Zgodnie z informacją producentów, produkty oznaczone (\*) i przyprawy używane do przygotowania posiłków : pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, zioła prowansalskie, papryka słodka, kminek, pieprz ziołowy, curry, mogą zawierać śladowe ilości : **glutenu, jaj, soi, selera, gorczycy, mleka, sezamu, łubinu**. Liczby **1-14** to oznaczenia alergenów. Legenda poniżej

# JADŁOSPIS

03.03.2025 r. - 07.03.2025 r.

|                                   | <b>ŚNIADANIE</b>   |
|-----------------------------------|--|
| <b>PONIEDZIAŁEK</b><br>03.03.2025 | Bulka kajzerka( <b>1*</b> ) – 60g masło ( <b>7</b> ) – 10g, ser żółty ( <b>7</b> ) – 15g, pomidor 20g, herbata czarna,cukier– 200ml– <b>304 kcal</b>                       |
| <b>WTOREK</b><br>04.03.2025       | Bulka grahamka ( <b>1*</b> ) – 90g masło ( <b>7</b> ) -10g, pieczona pierś z indyka ( <b>*</b> ) – 25g, ogórek zielony - 20g, herbata czarna ,cukier200ml– <b>342 kcal</b> |
| <b>ŚRODA</b><br>05.03.2025        | Bulka ziarno( <b>1,11*</b> ) – 60g masło ( <b>7</b> ) – 10g, ser żółty ( <b>7</b> ) – 15g, pomidor 20g, herbata czarna,cukier– 200ml– <b>304 kcal</b>                      |
| <b>CZWARTEK</b><br>06.03.2025     | Bulka kajzerka( <b>1, *</b> )– 60g, masło ( <b>7</b> ) – 10g, szynka gotowana ( <b>*</b> ) – 20 g, ogórek kiszony – 15g, herbata czarna,cukier 200ml– <b>271 kcal</b>      |
| <b>PIĄTEK</b><br>07.03.2025       | Bulka kajzerka ( <b>1,*</b> ) – 60g ser biały 20g ( <b>7</b> ) herbata czarna,cukier 200ml<br><b>120 kcal</b>  |

(\*) Zgodnie z informacją producentów, produkty oznaczone (\*) i przyprawy używane do przygotowania posiłków : pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, zioła prowansalskie, papryka słodka, kminek, pieprz ziołowy, curry, mogą zawierać śladowe ilości : **glutenu, jaj, soi, selera, gorczycy, mleka, sezamu, łubinu**. Liczby 1-14 to oznaczenia alergenów. Legenda poniżej