

**JADŁOSPIS**  
**od 22.01.2024 r. do 26.01.2024 r.**  
**Oddział Przedszkolny w Wicinie**

<b>DATA</b>	<b>OBIAD</b>	<b>PODWIECZOREK</b>	<b>RAZEM</b>
<b>PONIEDZIAŁEK</b>	1. Zupa ryżowa z marchewką i koperkiem (*7,9) 2. Ziemniaki, kurczak z bukietem warzyw w sosie śmietanowym (*1,7), kompot*** WARTOŚĆ ENERGETYCZNA POSIŁKU: 530 kcal	Płatki kukurydziane na mleku (1,3,7), jabłko WARTOŚĆ ENERGETYCZNA POSIŁKU: 250 kcal	1230 kcal
<b>WTOREK</b>	1. Zupa z zielonego groszku z ziemniakami i zieloną pietruszką (*7,9) 2. Ziemniaki, pieczony kotlet mielony (1,3), buraczki, woda z cytryną WARTOŚĆ ENERGETYCZNA POSIŁKU: 540 kcal	Chałka pszenna (1*), kakao z mlekiem (*7), mandarynka WARTOŚĆ ENERGETYCZNA POSIŁKU: 230 kcal	1230 kcal
<b>ŚRODA</b>	1. Zupa brukselkowa z ziemniakami i ziołami (*7,9) 2. Pierogi ruskie z ziemniaków i twarogu półtłustego 4% (1,3) okraszone cebulką, surówka z białej kapusty, kompot*** WARTOŚĆ ENERGETYCZNA POSIŁKU: 530 kcal	Bułeczka drożdżowa z serem (1,3,7), owoc WARTOŚĆ ENERGETYCZNA POSIŁKU: 230 kcal	1200 kcal
<b>CZWARTEK</b>	1. Zupa barszcz biały z ziemniakami, kiełbasą** i jajkiem z zieloną pietruszką 2. Makaron z twarogiem półtłustym 4% (1,7*), jabłko do pochrupania, kompot*** WARTOŚĆ ENERGETYCZNA POSIŁKU: 500 kcal	Bułeczka maślana, mleko (1*), banan WARTOŚĆ ENERGETYCZNA POSIŁKU: 260 kcal	1210 kcal

**JADŁOSPIS**  
**od 22.01.2024 r. do 26.01.2024 r.**  
**Oddział Przedszkolny w Wicinie**

<b>PIĄTEK</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Zupa grysikowa z ziemniakami, kaszą manną i pietruszką (*7,9)</li><li>2. Ziemniaki, paluszki rybne z fileta z mintaja**** (1,3,7), surówka z kapusty kiszanej (1*), woda z cytryną</li></ol> WARTOŚĆ ENERGETYCZNA POSIŁKU: 540 kcal	Jogurt mleczny z owocami(1,7*), herbatniki do pochrupania WARTOŚĆ ENERGETYCZNA POSIŁKU: 270 kcal	1240 kcal
---------------	--	---	-----------

\*\* Kielbasa zwyczajna (jakość extra).

\*\*\* Zawartość cukru w napoju wynosi nie więcej niż 10g w 100ml produktu gotowego do spożycia, bez dodatku substancji słodzących.

\*\*\*\*Zawartość mięsa ryb wynosi nie mniej niż 60% w 100g produktu gotowego do spożycia.