

JADŁOSPIS



	Pierwsze danie	Drugie danie
Poniedziałek, 23.06.2025 700 kcal 16 g białka 7 g tłuszczu 125 g węglowodanów	Zupa jarzynowa [ziemniaki, kapusta biała, kalafior mrożony, bukiet warzyw mrożony, marchew, seler , pietruszka, porcja rosółowa, schab kości, mąka pszenna , śmietana 12% , por, koperek, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Ryż z jabłkiem prażonym, jogurtem i cukrem trzcinowym [jabłka prażone (jabłka, cukier, skrobia modyfikowana, woda, regulator kwasowości – kwas cytrynowy, przeciwutleniacz kwas askorbinowy, aromat), jogurt naturalny (mleko , śmietanka , żywe kultury bakterii jogurtowych), cukier trzcinowy, olej rzepakowy, cynamon, sól] Woda mineralna niegazowana
Wtorek, 24.06.2025 840 kcal 33 g białka 17 g tłuszczu 129 g węglowodanów	Krupnik [ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , kielbasa wieprzowa, kasza jęczmienna, mąka pszenna , śmietana 12% , por, żeberka, porcja rosółowa, natka pietruszki, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Pulpety drobiowe w sosie pomidorowym [pierś z kurczaka mielona, bułka pszenna , mąka pszenna , koncentrat pomidorowy, jajka, śmietana 12% , natka pietruszki, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] Kapusta gotowana [kapusta stożkowa, cukier, masło klarowane, sól, przyprawy] Sok 100% jabłkowy
Środa, 25.06.2025 845 kcal 2 g białka 22 g tłuszczu 130 g węglowodanów	Barszcz z makaronem [buraki, makaron (mąka makaronowa pszenna), marchew, pietruszka, seler , mąka pszenna , śmietana 12% , boczek wędzony), cukier, por, natka pietruszki, sól, przyprawy]	Jajko sadzone [jajka, masło klarowane, olej rzepakowy, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] Mizeria [śmietana kwaśna 18%, ogórki zielone, koperek, sól, przyprawy] Kompot wiśniowy [wiśnia mrożona, cukier]
Czwartek, 26.06.2025 820 kcal 24 g białka 27 g tłuszczu 110 g węglowodanów	Krem z pomidorów z grzankami [ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , pomidory w puszcze (pomidory, sok pomidorowy, regulator kwasowości), koncentrat pomidorowy, serek topiony gouda , grzanki (zaw. mąkę pszenną , mleko , jaja), śmietana 12% , śmietana 36% , por, sól, przyprawy]	Udko z kurczaka pieczone [udko z kurczaka, olej rzepakowy, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] Buraczkę [buraki, olej rzepakowy, cukier, sól, pieprz] Woda z miodem i cytryną [cytryna, miód pszczeli]
Piątek, 27.06.2025	Zakończenie roku szkolnego	

Przyprawy użyte do przygotowania obiadu mogą zawierać zboża zawierające gluten, jaja, mleko (łącznie z laktozą), soję, gorczycę, seler i orzeszki ziemne.