



31.03.2025r. - 11.04.2025r.

II DANIE
Poniedziałek 31.03.2025r.
makaron 150g (mąka z pszenicy durum)(1), sos boloński 120g (mięso mielone z łopatki wp., pomidory suszone w oleju, cebula, koncentrat pomidorowy, czosnek, mąka pszenna, olej rzepakowy, przyprawy)(1), ogórek konserwowy 60g (10), woda 250ml, gruszka 150g - 960,83 kcal
Wtorek 01.04.2025r.
ziemniaki 200g, *nugettsy 120g (filet z piersi kurczaka, jaja, płatki kukurydziane, bułka tarta pszenna, przyprawy, olej rzepakowy)(1,3), sos tzatziki z koperkiem 80g (ogórek zielony, koperek, jogurt grecki, czosnek, przyprawy)(7), herbata malinowa 250ml - 618,41 kcal
Środa 02.04.2025r.
kasza jęczmienna 120g (1), pulpet w sosie pomidorowym 120g (mięso mielone wieprzowe, jaja, bułka tarta pszenna, cebula, czosnek, przyprawy, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna)(1,3), *kalafior z brokułem 120g (kalafior, brokuł), woda z cytryną 250ml (woda źródlana, cytryna) - 690,22 kcal
Czwartek 03.04.2025r.
ziemniaki 200g, *paluszki rybne Frosta 120g (filety z ryb, panierka (mąka pszenna, sól, papryka mielona, kurkuma, drożdże), olej rzepakowy, woda, mąka pszenna, skrobia ziemniaczana, sól)(1,4), surówka z kiszonej kapusty 120g (kapusta kiszona, marchew, cebula, olej rzepakowy, przyprawy), woda z pomarańczą 250ml (woda źródlana, pomarańcza), jabłko 180g - 672,70 kcal
Piątek 04.04.2025r.
kluski z warzywami Frosta 250g (makaron pszenny, kukurydza, zielona fasolka szparagowa, czerwona papryka, cebula, olej słonecznikowy, masło, pietruszka natka, przyprawy, marchew, por, czosnek)(1,3,7), woda 250ml, banan 180g - 828,65 kcal
Poniedziałek 07.04.2025r.
bigos włoski 250g (kapusta kiszona, makaron pszenny, pieczarki, czerwona cebula, koncentrat pomidorowy, papryka czerwona, ogórek konserwowy, kiełbasa podwawelska, olej rzepakowy, przyprawy)(1), herbata malinowa 250ml, jabłko 180g - 544,10 kcal
Wtorek 08.04.2025r.
ziemniaki 200g, *kotlet pożarski 120g (filet z kurczaka, jaja, bułka tarta pszenna, cebula, czosnek, przyprawy)(1,3), marchewka z groszkiem 120g (marchew, groszek zielony, masło, mąka pszenna)(1,7), woda 250ml - 657,91 kcal
Środa 09.04.2025r.
ryż 120g, potrawka z kurczaka z warzywami 120g (filet z kurczaka, marchewka, kalafior, fasolka szparagowa, por, seler, cebula, śmietana, mąka pszenna, przyprawy)(1,7,9), lemoniada 250ml (woda źródlana, cytryna, cukier), banan 180g - 631,57 kcal

Czwartek 10.04.2025r.
kluski leniwe 190g (ziemniaki, ser twarogowy, mąka pszenna, mąka ziemniaczana, cukier, olej rzepakowy, cukier wanilinowy, jaja, sól)(1,3,7), sos jogurtowo - truskawkowy 120g (jogurt naturalny, truskawki mrożone, cukier wanilinowy, cukier)(7), woda 250ml, gruszka 160g - 615,66kcal
Piątek 11.04.2025r.
ziemniaki 200g, pulpet rybny w sosie greckim 150g (miruna, jaja, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy)(1,3,4,9), woda z pomarańczą 250ml (woda źródlana, pomarańcza), sok jabłkowy w kartoniku 100% 200ml - 703,53 kcal

Powyższy jadłospis może ulec zmianie

* potrawa pieczona w piecu konwekcyjno-parowym

Spis alergenów znajduje się w sekretariacie szkoły

sporządził:

zatwierdził: