



26.05.2025r. - 06.06.2025r.

II DANIE
Poniedziałek 26.05.2025r.
makaron 150g (mąka z pszenicy durum)(1), sos boloński 120g (mięso mielone z indyka, pomidory suszone w oleju, cebula, koncentrat pomidorowy, czosnek, mąka pszenna, olej rzepakowy, przyprawy)(1), ogórek konserwowy 60g (10), woda 250ml, jabłko 180g - 720,40kcal
Wtorek 27.05.2025r.
ziemniaki 200g , *kotlet mielony 120g (mięso mielone z łopatki wp., jaja, bułka tarta pszenna, mąka pszenna, cebula, czosnek, przyprawy, olej rzepakowy)(1,3), pomidor z lubczykiem 120g (pomidor, lubczyk, przyprawy, olej rzepakowy), woda z cytryną 250ml (woda źródlana, cytryna)- 726,16 kcal
Środa 28.05.2025r.
kasza jęczmienna 120g (1), kurczak w sosie śmietanowym z ziołami 120g (filet z kurczaka, śmietana, pietruszka natka, koperek, lubczyk, zioła prowansalskie, mąka pszenna, przyprawy)(1,7), *mini marchewki 120g , woda 250ml, gruszka 180g - 718,40kcal
Czwartek 29.05.2025r.
ryż 120g , *panierowane porcje z mintaja "ogonki" 90g (filety z mintaja, mąka pszenna, woda, skrobia, sól, drożdże, przyprawy (kurkuma, papryka)(1,4), surówka z kiszonej kapusty 120g (kapusta kiszona, marchew, cebula, olej rzepakowy, przyprawy), herbata z cytryną 250ml (herbata czarna, cytryna, cukier) - 726,42kcal
Piątek 30.05.2025r.
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 z pomarańczą 250ml (woda źródlana, pomarańcza), jabłko 180g - 587,00kcal
Poniedziałek 02.06.2025r.
pierogi ruskie 250g (mąka pszenna, jaja, twaróg półtłusty, ziemniaki, cebula, olej rzepakowy, przyprawy)(1,3,7), jogurt grecki 50g (7), napój wiśniowy 250ml (woda źródlana, syrop wiśniowy), jabłko 180g - 655,30kcal
Wtorek 03.06.2025r.
zestaw kasz 120g (jęczmienna, jagłana, gryczana)(1), *gyros z kurczaka 120g (filet z kurczaka, przyprawy, olej rzepakowy), ogórek kiszony 60g , woda 250ml - 748,90 kcal
Środa 04.06.2025r.
łazanki z kiszonej kapusty z kielbaską 250g (makaron pszenny (mąka z pszenicy durum), kapusta kiszona, kielbasa śląska (mięso wieprzowe, mięso z kurczaka, sól, czosnek, przyprawy naturalne, cukier, azotyn sodu, naturalna osłonka wieprzowa)(1), woda z pomarańczą 250ml (woda źródlana, pomarańcza), jabłko 180g - 768,40 kcal
Czwartek 05.06.2025r.

kopytka 200g (ziemniaki, mąka pszenna, mąka ziemniaczana, jaja, sól, olej rzepakowy)(1,3), sos pieczarkowy 80g (pieczarki, cebula, śmietana, mąka pszenna, przyprawy)(1,7), f asolka szparagowa 120g, woda 250ml, jogurt Jogobella owocowy bez dodatku cukru 150g (jogurt, truskawki, inulina, koncentrat z soku z buraków czerwonych, aromaty)(7) - 600,40kcal
Piątek 06.06.2025r.
ziemniaki 200g, *ryba po grecku 180g (miruna, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy)(1,4,9), woda z cytryną 250ml (woda źródlana, cytryna)- 719,56kcal

Powyższy jadłospis może ulec zmianie

* potrawa pieczona w piecu konwekcyjno-parowym

Spis alergenów znajduje się w sekretariacie szkoły

sporządził:

zatwierdził: