

JADŁOSPIS

ważny od 15 do 18 grudnia 2025

DATA	OBIAD
15.12.25 poniedz.	zupa z soczewicą, ziemniakami i natką pietruszki (zawiera: seler) 300 ml krokiety z brokułami, szynką drobiową i serem żółtym (zawiera: gluten/pszenicę, mleko, jaja)* ¹ 150 g gotowane warzywa (kalafior, fasolka szparagowa żółta i marchewka baby) posypane sezamem (zawiera: sezam) 90 g mały jogurt 1 szt. herbata miętowa z limonką i miodem 200 ml
16.12.25 wtorek	zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki, zabiелona jogurtem naturalnym (zawiera: gluten/pszenicę, mleko, seler) 300 ml kotlet mielony z indyka (zawiera: gluten/pszenicę, mleko, jaja)* ² 95 g ziemniaki z koperkiem (zawiera: mleko) 180 g sałata rzymska i lodowa z ogórkiem zielonym, rzodkiewką, rukolą, roszponką, kiełkami i awokado 95 g ananas 1 porcja kompot śliwkowy + siemię lniane 200 ml
17.12.25 środa	zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki, zabiелona jogurtem naturalnym (zawiera: mleko, seler) 300 ml strogonow wołowy z papryką żółtą i pieczarką (zawiera: gluten/pszenicę) 100 g kasza jęczmienna wiejska (zawiera: gluten/jęczmień) 140 g surówka z kapusty włoskiej, marchewki, pomidorków koktajlowych i kukurydzy 90 g kiwi 1 szt. lemoniada z cytryną, pomarańczą i miętą świeżą 200 ml
18.12.25 czwartek	krupnik z trzech kasz (gryczana, pęczak i bulgur) z natką pietruszki (zawiera: gluten/pszenicę i jęczmień, seler) 300 ml kurczak w sosie śmietanowo-ziółowym (zawiera: gluten/pszenicę, mleko) 90 g ryż paraboliczny 150 g surówka z ogórka kiszzonego, marchewki, papryki czerwonej, kapusty białej i cebulki 95 g pomarańcza 0,5 szt. kisiel truskawkowy 200 ml

*produkt wyprodukowany poza kuchnią szkolną
¹ mąka pszenna, woda, brokuły, szynka drobiowa, ser żółty, bułka tarta pszenna, jaja kurze, olej roślinny rzepakowy, mleko, cebula, przyprawy
² filet z indyka, jaja, mleko, bułka tarta pszenna, olej rzepakowy, przyprawy
Zupy przygotowywane są na wywarze drobiowo-warzywnym (mięso drobiowe, marchew, pietruszka, seler, por) lub warzywnym (marchew, pietruszka, seler, por). Potrawy przygotowywane są w piecu konwekcyjno-parowym. Potrawy doprawiane są solą, ziołami i przyprawami, bez wzmacniaczy smaku i konserwantów. Napoje słodzone są cukrem lub miodem.
Pogrubioną czcionką oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wymienionych alergenów: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, dwutlenek siarki, nasiona sezamu, orzechy.
Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn losowych lub technologicznych.