



ważny od 23 do 26 czerwca 2025

| DATA                 | OBIAD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 23.06.25<br>poniedz. | <p>zupa meksykańska z ciecierzycą, kukurydzą, selerem naciowym, ziemniakami, mielonym mięsem z indyka i natką pietruszki (zawiera: <b>seler</b>) 300 ml</p> <p>pierogi z serem na słodko <sup>1</sup> z bułką tartą i masłem (zawiera: <b>gluten/pszenicę, mleko</b>) 230 g</p> <p>surówka z selera i marchewki z dodatkiem słonecznika 100 g</p> <p>melon 1 plaster</p> <p>herbata czarna z limonką 200 ml</p>                                                |
| 24.06.25<br>wtorek   | <p>krupnik z 3 kasz (pęczak, gryczana, bulgur) z natką pietruszki (zawiera: <b>gluten/pszenicę i jęczmień, seler</b>) 300 ml</p> <p>drobiowy kotlet mielony (zawiera: <b>gluten/pszenicę, mleko, jaja</b>) 100 g</p> <p>ziemniaki z koperkiem (zawiera: <b>mleko</b>) 170 g</p> <p>surówka colesław (kapusta biała, marchew, cebula, majonez, musztarda) (zawiera: <b>gorczycę, jaja</b>) 100 g</p> <p>morela 1 szt.</p> <p>kompot śliwkowy 200 ml</p>         |
| 25.06.25<br>środa    | <p>barszcz biały z jajkiem, ziemniakami i natką pietruszki, zabieleny jogurtem naturalnym (zawiera: <b>gluten/pszenicę, mleko, jaja, seler</b>) 300 ml</p> <p>gulasz wieprzowy zagęszczany warzywami <sup>2</sup> (zawiera: <b>gluten/pszenicę, seler</b>) 130 g</p> <p>kasza bulgur (zawiera: <b>gluten/pszenicę</b>) 170 g</p> <p>buraki z ogórkiem kiszonym, papryką żółtą i natką pietruszki 100 g</p> <p>truskawki 80 g</p> <p>kisiel malinowy 200 ml</p> |
| 26.06.25<br>czwartek | <p>brokułowa z kaszą manną i natką pietruszki, zabieleną jogurtem naturalnym (zawiera: <b>gluten/pszenicę, mleko, seler</b>) 300 ml</p> <p>makaron z kurczakiem, szpinakiem, pomidorkami koktajlowymi i pesto (papryka czerwona, mozzarella, orzechy laskowe, orzechy pekan, bazylia świeża, natka pietruszki) (zawiera: <b>gluten/pszenicę, mleko, jaja, orzechy</b>) 400 g</p> <p>banan 0,5 szt.</p> <p>woda mineralna 500 ml</p>                            |

\*produkt wyprodukowany poza kuchnią szkolną

<sup>1</sup> mąka pszenna, woda, ser twarogowy, cukier, olej rzepakowy, kurkuma

<sup>2</sup> karkówka, marchewka, pietruszka, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy

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 wzmocniaczy smaku i konserwantów. Napoje słodzone są cukrem lub miodem.

Pogrubiłą 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.