

JADŁOSPIS

ważny od 27 do 31 października 2025

DATA	OBIAD
27.10.25 poniedz.	zupa kalafiorowa z makaronem i natką pietruszki, zabelona jogurtem naturalnym (zawiera: gluten/pszenicę, mleko, seler) 300 ml jajko sadzone (zawiera: jaja) 1 szt. puree ziemniaczane z koperkiem (zawiera: mleko) 180 g fasolka szparagowa zielona posypana sezamem (zawiera: sezam) 95 g mały jogurt naturalny (zawiera: mleko) 1 szt. herbata owocowa z limonką i miodem 200 ml
28.10.25 wtorek	barszcz czerwony z soczewicą, ziemniakami i natką pietruszki (zawiera: seler) 300 ml filet z indyka w sosie śmietanowo-ziółowym (zawiera: gluten/pszenicę, mleko) 100 g kasza gryczana 150 g surówka z ogórka kiszzonego, marchewki, pomidora i cebulki (zawiera: gorczycę) 95 g gruszka 1 szt. kisiel truskawkowy 200 ml
29.10.25 środa	zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki, zabelona jogurtem naturalnym (zawiera: mleko, seler) 300 ml naleśniki meksykańskie z mięsem, kukurydzą i fasolą ^{*1} (zawiera: gluten/pszenicę, mleko, jaja) 150 g surówka z kapusty białej, marchewki i natki pietruszki 90 g mandarynka 1 szt. lemoniada cytrusowa (pomarańcza, cytryna, limonka) 200 ml
30.10.25 czwartek	zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki, zabelona jogurtem naturalnym (zawiera: gluten/pszenicę, mleko, seler) 300 ml kurczak słodko-kwaśny z marchewką, papryką czerwoną i ananasem (zawiera: gluten/pszenicę) 120 g ryż paraboliczny 150 g mix warzyw do chrupania (kalarepa, papryka żółta, ogórek zielony, rzodkiew biała) 60 g kisiel z czarnej porzeczki 200 ml
31.10.25 piątek	zupa pieczarkowa z kaszą kuskus i natką pietruszki (zawiera: gluten/pszenicę, seler) 300 ml kotlet rybny ² (zawiera: rybę, gluten/pszenicę, mleko, jaja) 95 g ziemniaki z koperkiem (zawiera: mleko) 180 g surówka z pora, marchewki i jabłka z dodatkiem jogurtu naturalnego (zawiera: mleko) 95 g banan 0,5 szt. kompot śliwkowy + siemię lniane 200 ml

*produkt wyprodukowany poza kuchnią szkolną

¹ mąka pszenna, mięso wieprzowo-wołowe, kukurydza, fasola czerwona, koncentrat pomidorowy, papryka, cebula, olej rzepakowy, jaja, mleko, przyprawy

² dorsz, jaja, bułka tarta, mleko, 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.

Pogrubiczną 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.