

# JADŁOSPIS

## wtorek, 7 stycznia 2025

**dzieci** 635 Kcal

**obiad**

- I danie** Zupa zacierkowa z ziel. 250 g (Kurczak, Makaron zacierka, Pietruszka natka, Sól o obniżonej zawartości sodu, Włoszczyzna paski)
- II danie** Kotlet pożarski pieczony w piecu konwekcyjnym 100 g (Bułka Kajzerka, Bułka tarta, Filet z kurczaka, Jaja kurze XL, Masło, Olej rzepakowy, Śmietana), Ziemniaki 150 g (Ziemniaki), Surówka z marchwi, jabłka i jogurtu naturalnego 100 g (Cytryny, Jabłka, Jogurt naturalny, Marchew), Kompot z owoców mieszanych 200 g (Jabłka, Mieszanka kompotowa z wiśnią, Miód wilokwiatowy), Baton musli 1 sztuk (Baton musli)

**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, Mleko, Dwutlenek siarki i siarczany, Jaja, Orzechy, Łubin, Seler, Orzeszki ziemne

## środa, 8 stycznia 2025

**dzieci** 703 Kcal

**obiad**

- I danie** Zupa jarzynowa z ziemniakami i ziel. 250 g (Brokuł mrożony, Brukselka mroż., Kalafior mrożony, Kapusta biała, Koncentrat pomidorowy, Margaryna Kasia, Pietruszka natka, Sól o obniżonej zawartości sodu, Śmietana, Włoszczyzna paski, Ziemniaki), Chleb świętokrzyski krojony 15 g (Chleb świętokrzyski krojony), Chleb słonecznikowo-razowy 10 g (Chleb razowy, Chleb słonecznikowy)
- II danie** Bitki wołowe w sosie własnym 170 g (Cebula, Mąka pełnoziarnista, Mięso wołowe b/k, Olej rzepakowy), Kasza jęczmienna pęczak 130 g (Kasza jęczmienna pęczak), Surówka z ogórka kiszzonego z cebulą 90 g (Cebula, Koper cięty, Musztarda, Ogórek kiszony, Olej Oliwier), Napar owocowy 200 g (Miód wilokwiatowy, Napar owocowy)
- deser** Gruszka 140 g (Gruszka), Ciastka Belvita 1 sztuk (Ciastka Belvita)

**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Łubin, Seler, Gorczyca

## czwartek, 9 stycznia 2025

**dzieci** 638 Kcal

**obiad**

- I danie** Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziel. 250 g (Kasza jęczmienna, Kurczak, Pieprz czarny, Pietruszka natka, Sól o obniżonej zawartości sodu, Włoszczyzna paski, Ziemniaki), Chleb świętokrzyski krojony 15 g (Chleb świętokrzyski krojony), Chleb słonecznikowo-razowy 10 g (Chleb razowy, Chleb słonecznikowy)
- II danie** Pierś z kurczaka zapiekana w szpinaku z makaronem 200 g (Cebula, Czosnek główka, Filet z kurczaka, Makaron kokardki, Masło klarowane 200g, Olej rzepakowy, Szpinak mrożony), Kompot truskawkowy 200 g (Miód wilokwiatowy, Truskawka mrożona)
- deser** Serek wiejski z owocami 150 g (Serek wiejski z owocami)

**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja, Seler

## piątek, 10 stycznia 2025

**dzieci** 714 Kcal

**obiad**

- I danie** Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. 250 g (Barszcz biały, Buraki, Cytryny, Czosnek główka, Łopatka b/k, Pietruszka natka, Sól o obniżonej zawartości sodu, Śmietana, Włoszczyzna paski, Ziemniaki), Chleb świętokrzyski krojony 15 g (Chleb świętokrzyski krojony), Chleb słonecznikowo-razowy 10 g (Chleb razowy, Chleb słonecznikowy)



# JADŁOSPIS

**II danie** Ryba Miruna w jarzynach 185 g (Cebula, Filet Miruna b/s, Koncentrat pomidorowy, Olej rzepakowy, Włoszczyzna paski), Ryż biały/ryż naturalny 120 g (Ryż biały, Ryż naturalny), Napój cytrynowy 200 g (Cukier, Cytryny, Jabłka)

**deser** Pomarańcza 100 g (Pomarańcza), Paluszki z sezamem 1 sztuk (Paluszki z sezamem)

**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, Sezam, Mleko, Dwutlenek siarki i siarczany, Jaja, Ryby, Seler