

📅 11.03.2024 Poniedziałek

Zupa ogórkowa z ziemniakami 330 g

Składniki: ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, seler korzeniowy, pietruszka, korzeń, indyk, tuszka, Śmietana 18% (mleko), por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Chleb pszenno-żytni

Składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, naturalny wysuszony zakwas żytni, sól

Banan

Energia: 419 kcal

📅 12.03.2024 Wtorek

Pulpety gotowane z łopatki wieprzowej 120 g

Składniki: wieprzowina łopatka, jaja kurze całe, bułka tarta (pszenica), sól biała, pieprz, czosnek niedźwiedzi suszony

Sos koperkowy 80 g

Składniki: koperek, Śmietana 18% (mleko), mąka pszenna, typ 450, masło ekstra (mleko), sól biała, pieprz

ziemniaki gotowane 140 g

Składniki: ziemniaki, gotowane w wodzie, sól biała

surówka z białej kapusty z ogórkiem i kukurydzą 120 g

Składniki: kapusta biała, ogórek, kukurydza, konserwowa, koperek, oliwa z oliwek, sól biała, pieprz

woda mineralna

Energia: 527 kcal

Od środy 13.03.2024 do piątku 15.03.2024 obiady są WYŁĄCZNIE dla dzieci przy ul. Wodnej (Szkolna ma rekolekcje- brak obiadów)

📅 13.03.2024 Środa

Żurek z jajkiem na białej kiełbasie 330 g

Składniki: woda, ziemniaki, kiełbasa biała parzona, jaja kurze całe, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, zakwas na żurek (żyto), natka pietruszki, czosnek, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Chleb pszenno-żytni

Składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, naturalny wysuszony zakwas żytni, sól

Jogurt pitny owocowy 330 g

Składniki: jogurt pitny owocowy (mleko)

Energia: 618 kcal

Od środy 13.03.2024 do piątku 15.03.2024 obiady są WYŁĄCZNIE dla dzieci przy ul. Wodnej (Szkolna ma rekolekcje- brak obiadów)

📅 14.03.2024 Czwartek

Pieczeń wieprzowa w sosie własnym 120 g

Składniki: wieprzowina szynka surowa, olej rzepakowy, mąka pszenna, typ 500, sól biała, pieprz

Kasza gryczana, gotowana 100 g

Składniki: kasza gryczana, gotowana, sól biała

Surówka z selera i jabłka z jogurtem naturalnym i rodzynkami 120 g

Składniki: seler korzeniowy, jabłko, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), rodzynki, suszone

Kompot owocowy 250 g

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Energia: 517 kcal

Od środy 13.03.2024 do piątku 15.03.2024 obiady są WYŁĄCZNIE dla dzieci przy ul. Wodnej (Szkolna ma rekolekcje- brak obiadów)

📅 15.03.2024 Piątek

Łosoś pieczony 120 g

Składniki: Łosoś świeży, olej rzepakowy, sól biała, pieprz

ziemniaki gotowane 140 g

Składniki: ziemniaki, gotowane w wodzie, sól biała

Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i jabłka z natką pietruszki 120 g

Składniki: kapusta kiszona, jabłko, marchew, natka pietruszki, oliwa z oliwek

woda mineralna

Energia: 501 kcal

📅 18.03.2024 Poniedziałek

Zupa brokułowa 330 g

Składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, indyk, tuszka, Śmietana 18% (mleko), seler korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, koperek, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, czosnek

Chleb pszenno-żytni

Składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, naturalny wysuszony zakwas żytni, sól

Ciastko zbożowe (pszenica, mleko)

Energia: 634 kcal

📅 19.03.2024 Wtorek

Kotlet schabowy 120 g

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, bułka tarta (pszenica), olej rzepakowy, jaja kurze całe

ziemniaki gotowane 140 g

Składniki: ziemniaki, gotowane w wodzie, sól biała

Kapusta biała zasmażana z koperkiem 120 g

Składniki: kapusta biała, olej rzepakowy, koperek

Woda mineralna 250 g

Składniki: woda

Energia: 481 kcal

📅 20.03.2024 Środa

Zupa grochówka z ziemniakami 330 g

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, wieprzowina żeberka, groch, nasiona suche, seler korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, natka pietruszki, boczek wędzony bez kości, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek

Racuchy z jabłkami (wyrób gotowy) 150 g

Składniki: jabłko, mleko krowie, 2% tłuszczu, mąka pszenna, typ 450, jaja kurze całe, olej rzepakowy, cukier puder

Energia: 572 kcal

📅 21.03.2024 Czwartek

Pierś z kurczaka w sosie słodko-kwaśnym z warzywami 120 g

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, mieszanka warzywna mrożona, mąka pszenna, typ 450, sos sojowy

Ryż biały, gotowany

Jabłko

Woda mineralna 250 g

Składniki: woda

Energia: 341 kcal

📅 22.03.2024 Piątek

Pieczony kotlet mielony z dorsza 120 g

Składniki: dorsz świeży, olej rzepakowy, jaja kurze całe, cebula, bułka tarta (pszenica), słonina

ziemniaki gotowane 140 g

Składniki: ziemniaki, gotowane w wodzie, sól biała

surówka z rzodkwi 120 g

Składniki: biała rzodkiew, jabłko, groszek zielony, konserwowy, bez zalewy, majonez (jajka, gorczyca), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)

Kompot owocowy 200 g

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Energia: 433 kcal

Alergeny zostały wyróżnione na jałospisie poprzez podkreślenie.