

SZKOŁA

09.03.2026 – 13.03.2026

09.03.2026 – PONIEDZIAŁEK

OBIAD – ZUPA Z SOCZEWICY CZERWONEJ 250G

SKŁADNIKI- woda, ziemniaki, soczewica czerwona, marchew, kurczak świeży, pietruszka korzeń, **seler**, por, sól morską, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, nać pietruszki

OBIAD – RYŻ BRĄZOWY Z POLEWĄ TRUSKAWKOWĄ 300ML, JABŁKO

Składniki – ryż naturalny brązowy pełnoziarnisty(może zawierać zboża zawierające gluten **jęczmień, pszenica, owies, żyto**) **serek** śmietankowy, truskawki, śmietana 30% UHT(**śmietanka**, stabilizator: E407), śmietana 18% łagodnie ukwaszona(**śmietanka**, bakterie fermentacji mlekowej w tym dobroczynne żywe szczepy Lactobacillus acidophilus oraz Bifidobacterium), cukier, **mleko 2%**, cukier waniliowy

10.03.2026 – WTOREK

OBIAD – ZUPA SZCZAWIOWA Z JAJKIEM 250G

SKŁADNIKI – woda, ziemniaki, szczaw, **jajka**, kurczak świeży, marchew, pietruszka korzeń, **seler**, śmietana 18% (**śmietanka**, stabilizator E339, E407) por, pietruszka nać, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy

OBIAD- ZIEMNIAKI 200G, PIECZONE NUGGETSY Z PIERSI KURCZAKA W BUŁCE TARTEJ 200G, SURÓWKA WARZYWNA, WODA DO PICIA 200ML

SKŁADNIKI- ziemniaki, piersi z kurczaka, bułka tarta (**pszenica**), mąka **pszenna**, **mleko 2%**, **jajka** , papryka słodka, pieprz ziołowy, oliwa z oliwek,

Surówka – kapusta pekińska, marchew, ogórek świeży , pomidor, szczypiorek, ziarno sezamu, oliwa z oliwek

11.03.2026 - ŚRODA

OBIAD- ZUPA Z ZIELONEGO GROSZKU 250ML

Składniki – woda, ziemniaki, groszek zielony konserwowy, kurczak świeży, marchew, **seler**, pietruszka korzeń, śmietana 18%UHT(**śmietanka**, stabilizatorE339,E407), por, pietruszka nać, susz pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy (produkty mogą zawierać: **gluten, jaja, soję, mleko** i produkty pochodne oraz **seler i gorczycę**)

OBIAD – KASZA KUSKUS PERŁOWA 50G, LECZO WARZYWNE 200G, MANDARYNKA

Składniki – kasza kuskus perłowa, kiełbasa zwyczajna, papryka czerwona, papryka żółta, koncentrat pomidorowy, cukinia, marchew, por, seler, pietruszka korzeń, pomidory w puszcze, cebula żółta, papryka słodka, sól morską, pieprz ziołowy, pieprz czarny, zioła prowansalskie

12.03.2026 – CZWARTEK

OBIAD – ZUPA Z BIAŁEJ FASOLI 250ML

SKŁADNIKI – woda, ziemniaki, biała fasola, kurczak świeży, marchew, pietruszka korzeń, **seler**, śmietana UHT 18% (**śmietanka**, stabilizatory :E339, E407), por, sól morską, pietruszka nać, liść lubczyku, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz ziołowy

OBIAD – KASZA JĘCZMIENNA 50G, KLOPSIK W SOSIE ŚMIETANKOWO - SURÓWKA BURACZKI CZERWONE 150G, WODA DO PICIA 200ML

Składniki – kasza jęczmienna, sól morską

Składniki – klopsik gotowany w sosie śmietankowo - koperkowym (woda, szynka wieprzowa, **jajka**, bułka tarta (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, drożdże, sól, produkt zawiera gluten), **śmietana** 18%, koperek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól

13.03.2026 – PIĄTEK

OBIAD – ZUPA OGÓRKOWA 250ML

SKŁADNIKI – woda, ziemniaki, ogórki kiszone, kurczak świeży, marchew, pietruszka korzeń, **seler**, śmietana 18 UHT (**śmietanka**, stabilizatory :E339, E407), por, pietruszka nać, liść laurowy, ziele angielskie

OBIAD – ZIEMNIAKI 200G, RYBA Z PIECA 200G, SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY 200G, JABŁKO

Składniki - ziemniaki, filet z **morszczuka**, **jajka**, olej rzepakowy, bułka tarta (mąka **pszenna** 80%, mąka **żytnia** 20%, woda, drożdże, sól, produkt zawiera **gluten**), cytryna, pieprz ziołowy

Surówka – kapusta czerwona, marchew, jabłko, cebula czerwona majonez(musztarda **gorczyca**, **żółtka jaja** kurzego, olej rzepakowy, cukier puder) ocet jabłkowy, sok z cytryny, sól morską, pieprz czarny, pieprz ziołowy

Produkty powodujące alergie lub reakcję nietolerancji wypisano pogrubioną czcionką.

Jadłospis może ulec zmian

