

# JADŁOSPIS

**od dnia 4.11.2024 r. do dnia 8.11.2024 r.**

W jadłospisie stołówki szkolnej zostaną wyszczególnione produkty, które mogą powodować alergie lub reakcje nietolerancji (zostaną zaznaczone pogrubioną czcionką)

<b>Poniedziałek 4.11.24r.</b>	<b>Żurek z kielbasą, jajkiem, pieczywo mieszane</b> (seler, śmietana 18%, wywar warzywno- drobiowy, pietruszka zielona, <b>mąka pszenna, jajka, kielbasa, gorczyca</b> , czosnek, <b>płatki owsiane</b> )250g 290kcal <b>Pierogi ruskie</b> ( <b>mąka pszenna, jajka, masło, twaróg półtłusty</b> , ziemniaki, czosnek, cebula)200g 415kcal Mandarynka 65g 30kcal Herbata z cytryną i miodem(herbata, cytryna, miód)250ml 69kcal
<b>Wtorek 5.11.24r.</b>	Zupa pomidorowa z makaronem( <b>seler, śmietana 18%</b> , ziemniaki, koncentrat pomidorowy, wywar drobiowo- warzywny)250g 180kcal <b>Naggetsy z kurczaka</b> (filet z kurczaka, płatki kukurydziane, <b>jajko, mąka pszenna</b> , papryka olej)117g 226kcal, <b>Ziemniaki</b> 180g 140kcal <b>Kapusta pekińska</b> ( <b>śmietana 18%</b> , kapusta pekińska, pomidory, kukurydza)80g 76kcal Kompot owocowy(mieszanka kompotowa, cukier)250ml 60kcal
<b>Środa 6.11.24r.</b>	Zupa z groszku omielanego, chleb( <b>seler, śmietana 18%</b> , ziemniaki, groch omielany, pietruszka zielona, <b>mąka pszenna, jajko</b> )250g 225kcal <b>Ryż z jabłkami, śliwkami, cynamonem</b> ( <b>mleko 2%</b> , cukier, <b>masło</b> , ryż, jabłka, śliwki, cynamon)150g 325kcal Kompot owocowy(mieszanka kompotowa, cukier)250ml 60kcal
<b>Czwartek 7.11.24r.</b>	Zupa brokułowa z muszelkami( <b>seler, śmietana 18%</b> , brokuł, <b>mąka pszenna, jajko</b> , wywar warzywno- drobiowy)250g 215kcal <b>Zrazy wieprzowe w sosie własnym</b> ( <b>jajka, mąka pszenna, bulki pszenne</b> , łopatka b/k, czosnek, cebula, przyprawy ziołowe, ziemniaki)80g 352 kcal, <b>Kasza jęczmienna</b> 120g 185kcal Buraczki z chrzanem(buraki, chrzan, cytryna)80g 48kcal Herbata owocowa(herbata owocowa, cukier)250ml 45kcal
<b>Piątek 8.11.24r.</b>	Krem z dyni z grzankami( <b>seler, śmietana 18%</b> , <b>mąka pszenna, jajka</b> , dynia, ziemniaki, pietruszka zielona, wywar warzywno- drobiowy) 250g 210 kcal <b>Ryba po grecku</b> ( <b>filet z miruny</b> , czosnek, przyprawy ziołowe, olej rzepakowy, czosnek, włoszczyzna paski, pomidory)90g 250kcal <b>Ziemniaki</b> 180g 140kcal Kompot owocowy(mieszanka kompotowa, cukier)250ml 60kcal