

# JADŁOSPIS

**od dnia 10.02.2025 r. do dnia 14.02.2025 r.**

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

<b>Poniedziałek 10.02.2025</b>	Zupa ziemniaczana, pieczywo mieszane( <b>seler, mąka pszenna, mąka żytnia</b> , ziemniaki, pietruszka zielona,)250g 205kcal Makaron z sosem śmietano-szpinakowym( <b>mąka pszenna, jajka, masło z mleka, ser żółty z mleka</b> , cebula, <b>śmietana 30% z mleka</b> , szpinak)150g 450kcal, Banan 120g 116kcal Kompot (mieszanka kompotowa, cukier)250ml 60kcal
<b>Wtorek 11.02.2025r.</b>	Zupa grysikowa( <b>seler</b> , wywar warzywno- drobiowy, <b>kasza manna</b> , wywar warzywno- drobiowy)250g 205 kcal Eskalopki z indyka( <b>jajka, mąka pszenna</b> , filet z indyka, olej rzepakowy, przyprawy ziołowe)100g 204kcal, <b>Ziemniaki</b> 180g 140kcal Sałata lodowa( sałata lodowa, rzodkiewka, kukurydza, <b>śmietana 18% z mleka</b> )80g 75kcal Sok owocowy 100% 250g 110kcal
<b>Środa 12.02.2025r.</b>	Kapuśniak z kiełbasą, chleb mieszany( <b>seler, kielbasa, gorczyca, mąka pszenna</b> , wywar warzywno- drobiowy, ziemniaki, pietruszka zielona, kapusta kiszona)250g 210kcal Jabłka w cieście naleśnikowym( <b>jajka, mąka pszenna, mleko 2%</b> , jabłka, cukier, olej rzepakowy, cukier puder)150g 360kcal Herbata z cytryną i sokiem (herbata, sok owocowy)250ml 120kcal Mus owocowy 100%( <b>seler, gorczyca, sezam, soja</b> )100g 55kcal
<b>Czwartek 13.02.2025r.</b>	Kalafiorowa z makaronem( <b>seler, kalafior, mąka pszenna, jajka</b> , wywar drobiowo- warzywny)250g 205kcal Gulasz wieprzowy( mięso od szynki, czosnek, cebula, olej rzepakowy, przyprawy ziołowe)80g 320kcal, <b>Kasza jęczmienna</b> 120g 140kcal Marchewka z chrzanem(marchewka, chrzan, jabłko, <b>śmietana 18% z mleka</b> )80g 76kcal Kompot wiśniowo-jabłkowy(wiśnia mrożona, jabłka, cukier)250ml 60kcal
<b>Piątek 14.02.2025r.</b>	Krem z dyni z groszkiem ptysiovym( <b>seler, śmietana 18% z mleka</b> , dynia mrożona, ziemniaki, pietruszka zielona, <b>mąka pszenna, jajka</b> , wywar warzywno- drobiowy)250g 210kcal Pulpety rybne w sosie koperkowym( <b>filet rybny z miruny</b> , czosnek, koperek, przyprawy ziołowe, <b>śmietana 18% z mleka, masło z mleka</b> )90g 260kcal Surówka z kapusty czerwonej(kapusta czerwona, jabłka, ocet)80g 52 kcal, <b>Ziemniaki</b> 180g 140kcal Kompot (mieszanka kompotowa, cukier)250ml 60kcal