

Jadłospis: podstawowy dla szkoły, dob. zapotr. 2000 kcal, przygotowany przez intendenta
 Patrycję Łęgowik (2025-03-31 - 2025-04-04)

	poniedziałek 2025-03-31	wtorek 2025-04-01	środa 2025-04-02	czwartek 2025-04-03	piątek 2025-04-04
Zupa	Zupa pieczarkowa z ziemniakami (07, 09) Noga (udo) kurczaka, Włoszczyzna świeża, Ziemniaki, średnio, Pieczarki, świeże, Jogurt typu greckiego, Cebula, Sól biała, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe	Zupa gulaszowa z białej fasoli Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Papryka czerwona, Fasola biała z puszki, Woda, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek, Cukier, Majeranek suszony, Papryka w proszku	Barszcz czerwony (07, 12) Woda, Buraki, Noga (udo) kurczaka, Cebula, Masło ekstra, Ocet balsamiczny, Ziele angielskie całe, Liście laurowe, suszone	Zupa jarzynowa z zacierką (09) Kalafior, Włoszczyzna świeża, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Cebula, makaron zacierka, Czosnek, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe	Zupa krem Marchwianka Marchew, Ryż biały, Sól biała
Podwieczorek	Bułka słodka drożdżowa z nadzieniem serowym 100g (01, 03, 07)	Mus owocowy 100% (smak dowolny) 120g	Jabłko 150g	Actimel 100g (07)	Banan 130g Kiwi 80g
Drugie danie	Kompot owocowy 100g Woda 100g Spaghetti bolognese z mięsem z indyka i tartym serem typu parmezan (01, 03, 07) Makaron spaghetti, Passata - przetarte pomidory, Mięso mielone z indyka, Cebula, Oliwa z oliwek, Ser Parmezan, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone, Sól biała, Pieprz czarny	Kompot owocowy 250g Ziemniaki purée 120g Jaja kurze całe 55g (03) Sos koperkowy (07) Jogurt typu greckiego, Smietana, 30% tłuszczu, Koper ogrodowy Surówka meksykańska (żywienie zbiorowe) (10, 12) Kukurydza konserwowa, Marchew, Kapusta pekińska, Olej rzepakowy, Fasola czerwona z puszki, Papryka czerwona, konserwowa, Por, Sok z cytryny, Sól biała, Pieprz czarny	herbata miętowa 250g Kotlet mielony (żywienie zbiorowe) (01, 03) Wieprzowina, łopatką, Olej rzepakowy, Jaja kurze całe, Bułka tarta, Cebula, Sól biała, Pieprz czarny Surówka z marchwi i ogórka kiszzonego Marchew, Ogórek kiszony, Olej rzepakowy Kasza Bulgur z krojonymi pomidorami (01) Kasza bulgur, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku	herbata miętowa 250g Ryż słodko-kwaśny (10, 12) Papryka czerwona, Ananas, Kukurydza konserwowa, Ryż biały, Sól biała, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Olej rzepakowy, Cytryna, Miód pszczelej, Ogórki konserwowe, Pieprz czarny	Herbata owocowa 250g Ryba pieczona ze szpinakiem i fetą, ziemniakami i pomidorkami (07) ryba miruna, filet, Szpinak, Ziemniaki, późne, Pomidor, Ser typu Feta, Oliwa z oliwek, Olej rzepakowy
Suma	E: 1058.35 B: 41.09, T: 31.1, W: 158.42,	E: 1015.72 B: 35.19, T: 33.07, W: 151.16,	E: 1101.92 B: 42.67, T: 31.19, W: 177,	E: 1063.95 B: 36.58, T: 29.34, W: 177.24,	E: 998.02 B: 41.23, T: 30.65, W: 154.39,

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny