



Jadłospis na styczeń 2025

UWAGA! Propozycje obiadów mogą ulec zmianie z przyczyn niezależnych od szkoły

	Obiad	DATA	Obiad
Wtorek 07/01/2025	Zupa jarzynowa z ziemniakami -300ml Ryż z serem białym i polewą śmietanowo – jogurtową (dieta: ryż z owocami) – 270g, sałatka owocowa – 100g, kompot – 200ml, banan - 120g (1,2,5)	Wtorek 14/01/2025	Zupa zacierkowa z warzywami -300ml Udka kurczaka pieczone - 120g, ziemniaki – 150g, fasolka szparagowa z bułką tartą – 100g, sok – 200ml, mandarynka - 100g (1,2,3,5)
Środa 08/01/2025	Pomidorowa z ryżem -300ml Schab pieczony w sosie własnym – 120g, ziemniaki – 150g, surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą - 100g, lemoniada -200ml, pomarańcza -100g (1,2,5)	Środa 15/01/2025	Żurek z jajkiem i białą kiełbasą -300ml Knedle z morelami i polewą jogurtową – 270g, kompot – 200ml, banan – 120g (1,2,3,5)
Czwartek 09/01/2025	Zupa kalafiorowa z ziemniakami - 300ml Ratatouille z kurczakiem, makaronem i tartym serem – 270g, papryka do pochrupania – 70g, kompot – 200ml, jabłko – 120g (1,2,3,5)	Czwartek 16/01/2025	Zupa brokułowa z ziemniakami- 300ml Pulpeciki z mięs mieszanych – 120g, kasza bulgur z vermicelli – 150g, surówka z czerwonej kapusty – 100g, lemoniada – 200ml, jabłko – 120g (1,2,3,5)
Piątek 10/01/2025	Krupnik jęczmienny (dieta: jaglany) -300ml Paluszki rybne – 100g, ziemniaki – 150g, surówka z kiszonej kapusty – 100g, herbata owocowa – 200ml, mus owocowy – 100g (1,2,3,4,5)	Piątek 17/01/2025	Zupa neapolitanka z makaronem-300ml Połędwica z dorsza pieczona – 100g, ziemniaki – 150g, surówka z ogórków kiszonych - 100g kompot – 200ml, baton owocowy – 25g (1,2,3,4,5)
Poniedziałek 13/01/2025	Zupa z soczewicy z ziemniakami -300ml Indyk w sosie paprykowym – 120g, kluski gnocchi – 150g, surówka wielowarzywna – 100g, kompot – 200ml, gruszka – 120g (1,2,3,5)	Poniedziałek 20/01/2025	Zupa ogórkowa z ziemniakami -300ml Spaghetti z pesto, sosem bolońskim i tartym serem – 270g, sałatka grecka – 100g, kompot – 200ml, mandarynka - 100g (1,2,3,5)

DATA	Obiad	DATA	Obiad
Wtorek 21/01/2025	Zupa koperkowa z ryżem -300ml Fileciki z kurczaka panierowane – 100g, ziemniaki – 150g, mini marchewka w sosie maślanym – 100g, herbata owocowa – 200ml, jabłko – 120g (1,2,3,5)	Wtorek 28/01/2025	Barszczyk czerwony z ziemniakami-300ml Karkówka duszona – 120g, kasza gryczana – 150g, surówka wielowarzywna – 100g, herbata zielona z miodem i cytryną - 200ml, mandarynka – 100g (1,2,5)
Środa 22/01/2025	Grochówka wojskowa z kiebasą -300ml Naleśniki z serem i polewą owocową – 270g (dieta: makaron bezglutenowy z owocami), kompot – 200ml, banan - 120g (1,2,3,5)	Środa 29/01/2025	Rosółek z makaronem-300ml Kluski leniwe z bułką tartą – 270g (dieta: kluski śląskie), surówka z marchewki i jabłka – 100g, kompot – 200ml, banan – 120g (1,2,3,5)
Czwartek 23/01/2025	Zupa ziemniaczana z warzywami - 300ml Risotto z warzywami – 150g, potrawka drobiowa – 120g, surówka z kapusty włoskiej z porem i ogórkiem – 100g, lemoniada – 200ml, pomarańcza - 100g (1,2,5)	Czwartek 30/01/2025	Z fasolki szparagowej z ziemniakami-300ml Bitka z indyka – 120g, kasza kuskus – 150g, surówka z kiszzonej kapusty – 100g, sok – 200ml, chrupki kukurydziane - 90g (1,2,5)
Piątek 24/01/2025	Zupa pieczarkowa z makaronem - 300ml Medaliony rybne - 100g, ziemniaki – 150g, surówka z ogórka kiszzonego- 100g, kompot – 200ml, chipsy jabłkowe - 2025g (1,2,3,4,5)	Piątek 31/01/2025	Zupa dyniowa z grzankami-300ml Filet rybny w panierce kukurydzianej – 100g, ziemniaki – 150g, surówka z pomidora ze szczypiorkiem – 100g, kompot – 200ml, jabłko - 100g (1,2,3,4,5)
Poniedziałek 27/01/2025	Z kolorowej cukinii z ziemniakami -300ml Klopsiki drobiowe w sosie pomidorowym - 120g, kuleczki makaronowe – 150g,mix sałat z sosem vinegrette - 70g, kompot – 200ml,gruszka – 120g (1,2,3,5)		



Lista alergenów:

- 1- Produkty zawierające gluten
- 2- mleko i produkty pochodne,
- 3- jaja i produkty pochodne,
- 4- ryby i produkty pochodne,
- 5- seler i produkty pochodne
- 6- orzechy i produkty pochodne
- 7- orzechy ziemne i produkty pochodne
- 8- skorupiaki i produkty pochodne
- 9- soja i produkty pochodne
- 10- ziarna sezamu i produkty pochodne
- 11- gorczyca i produkty pochodne
- 12- siarczyny (w tym E – 20230 – E – 20237)
- 13- łubin i produkty pochodne
- 14- mięczaki i produkty pochodne

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, ziele angielskie, lubczyk, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, mieszanki przyprawowe. Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorzycy.

19 dni x 7 zł = 133 zł proszę wpłacać w nieprzekraczalnym terminie do 10 stycznia 2025r. na konto:

37 1030 1508 0000 0005 5038 8073

Tytuł przelewu: **identyfikator dziecka ID.???.**, *imię, nazwisko dziecka, klasa i ew. dni wyłączone z żywienia (np. bez poniedziałków)*

Sposób wpisywania identyfikatora – w tytule przelewu wpisujemy ID stawiamy kropkę wpisujemy numer stawiamy kropkę. Przykład ID.36.

W PRZYPADKU RODZEŃSTWA, PRZELEW WYKONUJEMY OSOBNO DLA KAŻDEGO Z DZIECI.