



## Jadłospis na marzec 2025

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

	<b>Obiad</b>	<b>DATA</b>	<b>Obiad</b>
<b><i>Poniedziałek</i></b> <b>03/03/2025</b>	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)	<b><i>Poniedziałek</i></b> <b>10/03/2025</b>	Zupa brokułowa z ziemniakami -300ml Kuskus z kurczakiem i warzywami – 270g (dieta: ryż z warzywami i kurczakiem), papryka do pochrupania - 70g kompot – 200ml, pomarańcza – 100g (1,2,5)
<b><i>Wtorek</i></b> <b>04/03/2025</b>	Zupa grysikowa z kaszą manną -300ml Stripsy z kurczaka – 100g, ziemniaki – 150g, bukiet warzyw z pary w sosie maślanym – 100g, sok – 200ml, gruszka - 100g (1,2,3,5)	<b><i>Wtorek</i></b> <b>11/03/2025</b>	Zupa meksykańska z ryżem -300ml Stek wieprzowy z cebulką – 100g, ziemniaki - 150g, surówka z buraczków z jabłkiem i cebulką - 100g, lemoniada – 200ml, jabłko - 120g (1,2,3,5)
<b><i>Środa</i></b> <b>05/03/2025</b>	Żurek z jajkiem -300ml Ryż zapiekany z jabłkami z polewą śmietanowo – jogurtową – 270g , kompot– 200ml, banan – 100g (1,2,3,5)	<b><i>Środa</i></b> <b>12/03/2025</b>	Leczo z kiełbasą -300ml Naleśniki z serem i polewą śmietanowo – jogurtową – 270g (dieta:placki kukurydziane z jabłkiem), kompot– 200ml, banan – 100g (1,2,3,5)
<b><i>Czwartek</i></b> <b>06/03/2025</b>	Zupa ziemniaczana z warzywami -300ml Schab pieczony w sosie własnym – 100g, kopytka – 150g, surówka z czerwonej kapusty – 100g, chipsy jabłkowe - 25g (1,2,5)	<b><i>Czwartek</i></b> <b>13/03/2025</b>	Jarzynowa z ziemniakami -300ml Bitka z indyka - 100g, kasza gryczana – 150g, surówka z ogórków kiszonych, herbatka miętowa– 200ml, mus owocowy – 100g (1,2,5)
<b><i>Piątek</i></b> <b>07/03/2025</b>	Zupa neapolitanka z makaronem -300ml Łosoś zapiekany w ziołach – 100g, ziemniaki – 150g, surówka z kiszonej kapusty - 100g kompot – 200ml, jabłko – 100g (1,2,4,5)	<b><i>Piątek</i></b> <b>14/03/2025</b>	Zupa zacierkowa z warzywami-300ml Dorsz w panierce kukurydzianej - 100g, surówka pomidora ze szczypiorkiem – 100g, kompot – 200ml, gruszka- 120g (1,2,3,4,5)

<b>DATA</b>	<b>Obiad</b>	<b>DATA</b>	<b>Obiad</b>
<b><i>Poniedziałek</i></b> <b><i>17/03/2025</i></b>	Krupnik -300ml Kartacze z mięsem i cebulką – 100g, surówka z kiszonej kapusty – 100g, kompot– 200ml, mandarynka – 120g (1,2,3,5)	<b><i>Poniedziałek</i></b> <b><i>24/03/2025</i></b>	Zupa pieczarkowa z makaronem-300ml Filet z piersi kurczaka panierowany w płatkach kukurydzianych – 110g, ziemniaki – 150g, surówka colesław - 100g, kompot – 200ml, gruszka – 120g (1,2,3,5)
<b><i>Wtorek</i></b> <b><i>18/03/2025</i></b>	Ryżanka z koperkiem -300ml Udka kurczaka pieczone – 100g, ziemniaki – 150g, fasolka szparagowa z bułka tartą - 100g, lemoniada – 200ml, gruszka- 120g (1,2,3,5)	<b><i>Wtorek</i></b> <b><i>25/03/2025</i></b>	Zupa z soczewicy z ziemniakami-300ml Gulasz z indyka z czerwoną fasolą – 120g, kasza bulgur- 150g, surówka wielowarzywna – 100g, lemoniada – 200ml, pomarańcza – 100g (1,2,3,5)
<b><i>Środa</i></b> <b><i>19/03/2025</i></b>	Rosół z makaronem - 300ml Pancake z polewą owocową (dieta: ryż z owocami)- 270g, kompot -200ml, banan – 170g (1,2,3,5)	<b><i>Środa</i></b> <b><i>26/03/2025</i></b>	Grochówka wojskowa-300ml Tortellini z serem w sosie pomidorowym – 270g (dieta: ryż z warzywami), mix sałat z sosem vinegrette – 70g, kompot – 200ml, jabłko - 120g (1,2,3, 5)
<b><i>Czwartek</i></b> <b><i>20/03/2025</i></b>	Zupa wiosenna z ziemniakami - 300ml Pulpety w sosie pomidorowym - 120g, kluski szpecle – 150g, (dieta: makaron bezglutenowy), surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem- 100g, herbatka owocowa – 200ml, baton zbożowy – 50g (1,2,3,5)	<b><i>Czwartek</i></b> <b><i>27/03/2025</i></b>	Zupa pomidorowa z ryżem-300ml Kotlet schabowy – 100g, ziemniaki – 150g, kapusta na ciepło – 100g, herbatka miętowa – 200ml, snacki popcornowe- 35g (1,2,3,5)
<b><i>Piątek</i></b> <b><i>21/03/2025</i></b>	Zupa dyniowa z grzankami-300ml Okoń z pieca z ziołami– 100g, ziemniaki – 150g, surówka z ogórków kiszonych – 100g, kompot – 200ml, jabłko - 120g (1,2,3,4,5)	<b><i>Piątek</i></b> <b><i>28/03/2025</i></b>	Barszcz ukraiński -300ml Kluski leniwe (dieta: kluski śląskie) - 270g, surówka z marchewki i jabłka – 100g, sok -200ml, banan – 100g (1,2,3,5)
		<b><i>Poniedziałek</i></b> <b><i>31/03/2025</i></b>	Zupa z kolorowej cukinii z ziemniakami -300ml Potrawka z kurczaka – 120g, Risotto z warzywami – 150g, surówka porowa z kapustą – 100g, kompot– 200ml, mandarynka – 120g

**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, bazylią, 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.

**21 dni x 7 zł = 147zł proszę wpłacać w nieprzekraczalnym terminie do 28 lutego 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.***