

Jadłospis – Klasy I - VIII

Czwartek 02.01.2025r.

I danie:

Zupa jarzynowa -7,9 (woda, ziemniaki, mieszanka warzywna, seler, marchew, pietruszka, natka pietruszki, olej, przyprawy: sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

II danie

Ziemniaki, kotlet mielony -1,3 (ziemniaki, łopatka, jaja, sól, pieprz, olej, bułka tarta(pszenica), cebula) Surówka wielowarzywna (kapusta, papryka czerwona, ogórek, pomidor, rzodkiewka, por, cebula czerwona, kukurydza, fasola czerwona, oliwa z oliwek, przyprawy: sól, pieprz) Kompot owocowy (porzeczka, wiśnia, miód 5g)

Piątek 03.01.2025r.

I danie

Zupa pomidorowa z ryżem – 7,9 (marchew, pietruszka, seler, cebula, por, śmietana(mleko 2%) olej, ryż, ziele angielskie, liść laurowy, przecier pomidorowy, pieprz)

II danie

Ziemniaki, ryba pieczona mielona – 1,3,4 (ziemniaki, ryba, jaja , bułka tarta(pszenica) olej, przyprawy: sól, pieprz) Surówka kolorowa (kapusta, marchew, jabłko, natka pietruszki, przyprawy: sól, pieprz) Sok owocowo – warzywny(marchew, jabłko, gruszka, cytryna, pomarańcza)

Wtorek 07.01.2025r.

I danie:

Zupa krupnik – 9 (woda, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, kasza jęczmienna, przyprawy: sól, pieprz, majeranek)

II danie

Łazanki z kapustą i kiełbasą – 1,9 (makaron łazanka (pszenica), kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, kiełbasa, przyprawy: liść laurowy, ziele angielskie, olej, majeranek, pieprz, sól), Kisiel pitny z owocami(wiśnia, porzeczka, miód 5g) Owoc

Środa 08.01.2025r.

I danie

Zupa kalafiorowo – brokułowa – 7, 9 (woda, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, kalafior, brokuł, śmietana słodka(mleko), przyprawy: sól, pieprz)

II danie

Ziemniaki, kotlet drobiowy z warzywami- 1,3,9(ziemniaki, filet z kurczaka, jaja, bulka tarta(pszenica) marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz) Surówka z czerwonej kapusty z kukurydzą – 7(kapusta czerwona, kukurydza, natka pietruszki, marchew, śmietana kwaśna(mleko) Sok owocowo – warzywny(marchew, jabłko, gruszka, cytryna, pomarańcza)

Czwartek 09.01.2025r.

I danie

Zupa porowa z kaszą kuskus – 7,9 (woda, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, kasza kuskus, śmietana słodka, mleko 2%, natka pietruszki, por, przyprawy: sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy)

II danie

Spaghetti z sosem bolognese – 1,9 (makaron spaghetti (pszenica), łopatka, seler, przecier pomidorowy, cebula, majeranek, pieprz, sól, bazylia, oregano, mąka tortowa (pszenica) Sałatka z ogórka kiszzonego(ogórek kiszony, marchew, natka pietruszki, oliwa z oliwek) Kompot owocowy(woda, porzeczka mrożona, truskawka, wiśnia, miód 5g)Owoc

Piątek 10.01.2025r.

I danie

Zupa ogórkowa– 7,9 (woda, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, ogórek, śmietana słodka, mleko 2%, natka pietruszki, por, przyprawy: sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy)

II danie

Kasza jęczmienna, sos koperkowy klopsiki rybne 1,3,4,7 (kasza jęczmienna, ryba, jaja, mąka pszenna, bułka tarta(pszenica)olej, koper, śmietana słodka(mleko)przyprawy: sól, pieprz)surówka kolorowa (cebula, kapusta, ogórek pomidor, papryka , rzodkiewka ,oliwa z oliwek, przyprawy: sól, pieprz), Sok owocowo – warzywny(marchew, jabłko, gruszka, cytryna, pomarańcza)

Poniedziałek 13.01.2025r.

I danie

Zupa jarzynowa – 7,9 (woda, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, śmietana słodka, mleko 2%, natka pietruszki, por, przyprawy: sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy)

II danie

Racuchy drożdżowe z jabłkiem – 1, 3, 7(mąka pszenna, mleko 2%, drożdże, cukier trzcinowy, jaja, olej, jabłko), Sałatka owocowa (pomarańcza, banan, jabłko, gruszka, kiwi), Jogurt owocowy -7 (jogurt naturalny (mleko 2%) , owoce,)

Wtorek 14.01.2025r.

I danie

Zupa koperkowa – 7,9 (woda, koper, seler, pietruszka, śmietana słodka(mleko)marchewka, natka pietruszki, por, ziemniaki, przyprawy-sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy)

II danie

Kasza gryczana, gulasz wieprzowo – wołowy z warzywami -1,7(kasza gryczana, łopatka, wołowina, marchew, pietruszka, śmietana słodka(mleko), olej, mąka pszenna) przyprawy: sól, pieprz, papryka słodka) Buraczki z cebulką (buraczki, cebula, olej, cukier trzcinowy cytryna, sól, pieprz) Sok owocowo – warzywny(marchew, jabłko, gruszka, cytryna, pomarańcza)

Środa 15.01.2025r.

I danie

Barszcz czerwony – 7,9 (woda, buraczki czerwone, seler, pietruszka, marchewka, natka pietruszki, por, ziemniaki, śmietana słodka(mleko) cytryna, przyprawy-sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy)

II danie

Pierogi domowe -1,7 (mąka pszenna, woda, ser biały(mleko) ziemniaki, cebula, olej, przyprawy: sól, pieprz) Sałatka z pomidorów w śmietanie -7 (pomidory, szczypior, śmietana kwaśna(mleko)przyprawy: sól, pieprz) Owoc, Kisiel pitny (wiśnia, porzeczka, miód 5g, mąka ziemniaczana)

Czwartek 16.01.2025r.

I danie

Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty – 9 (woda, kapusta kiszona, seler, pietruszka, marchewka, natka pietruszki, por, ziemniaki, przyprawy-sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

II danie

Ryż, mięso drobiowe szarpane (ryż, pałka z kurczaka, papryka słodka, pieprz, olej)marchewka z groszkiem – 7(marchew, groszek, masło(mleko)śmietana słodka(mleko) Woda z miętą, Sok owocowo – warzywny(marchew, jabłko, gruszka, cytryna, pomarańcza)

Piątek 17.01.2025r.

I danie

Zupa szczawiowa z jajkiem- 3,7,9 (marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, szczaw konserwowy, jaja, natka pietruszki, por, śmietana słodka (mleko), przyprawy: sól pieprz)

II danie

Ziemniaki, kotlet rybny -3,4(ziemniaki, kotlet rybny- 3,4(ziemniaki, koper, ryba, jaja, bułka tarta(pszenica), olej, przyprawy: sól, pieprz)Surówka z kiszonej kapusty(kapusta kiszona, cebula, natka pietruszki, oliwa z oliwek)Kompot(woda, wiśnia, porzeczka czarna, miód) Owoc

Jadłospis może ulec zmianie.

Zupy gotowane są na wywarach mięsnych lub jarskich.

Godziny podawania posiłków:

I i II danie dla klas I-III –11:25; I i II danie dla klas IV-VI– 12:25; I i II danie dla klas VII-VIII – 13:25.