

## JADŁOSPIS 15.10-18.10.2024r.

**WTOREK 15.10.2024 r.**

<i><b>OBIAD</b></i>	<i><b>SKŁADNIKI</b></i>
Kurczak duszony z warzywami	filet z kurczaka, ziołowa przyprawa do kurczaka, przyprawa „smak natury”, sól, pieprz mielony, masło, olej rzepakowy, mieszanka 9-składnikowa mrożona/marchew, pietruszka, seler, por, fasola zielona i żółta, papryka, kukurydza, kalafior/, olej rzepakowy, masło, zioła prowansalskie
Ryż	ryż, woda, sól
Woda z cytryną	woda, cytryna
Alergeny:	gluten, masło, seler

**ŚRODA 16.10.2024r**

<i><b>OBIAD</b></i>	<i><b>SKŁADNIKI</b></i>
Schab w sosie własnym	schab b/k, sól, pieprz mielony, ziołowa przyprawa do wieprzowiny, ziołowa przyprawa do gulaszu, cebula, czosnek, przyprawa „smak natury”, olej rzepakowy, mąka pszenna, liść laurowy, ziele angielskie
Ziemniaki	woda, ziemniaki, sól
Surówka Colesław	kapusta biała, marchew, cebula, ogórek kiszony, cukier puder, sól, pieprz mielony, musztarda, kwasek cytrynowy, cytryna
Kompot	mieszanka kompotowa (śliwka, jabłko, agrest, aronia, porzeczka czerwona, wiśnia), woda, cukier
Alergeny:	gluten,

**CZWARTEK 17.10.2024 r.**

<b>OBIAD</b>	<b>SKŁADNIKI</b>
Fasolka po bretońsku	fasola Jaś, kości wędzone, cebula, czosnek, koncentrat pomidorowy, kiełbasa cienka, boczek wędzony, przyprawa „smak natury”, sól, pieprz mielony, pieprz ziarnisty, ziele angielskie, liść laurowy, olej rzepakowy, majeranek, kminek,
Pieczyno mieszane	chleb wiejski(mąka pszenna, mąka żytnia, woda, zakwas żytni, sól, drożdże piekarskie), chleb ziarnisty (naturalny zakwas, woda, mąka żytnia, woda, mąka pszenna, słonecznik, soja nasiona, siemię lniane, płatki żytnie, sól, prażona mąka słodowa pszenna)
Woda z cytryną	woda, cytryny
Alergeny:	gluten, masło

**PIĄTEK 18.10.2024r.**

<b>OBIAD</b>	<b>SKŁADNIKI</b>
Ryba smażona	filet z miruny, mąka pszenna, bułka tarta, jaja, ziołowa przyprawa do ryb, sól, pieprz mielony, sok z cytryny, olej rzepakowy,
Ziemniaki tłuczone	ziemniaki, woda, sól
Surówka z kapusty kiszanej	kapusta kiszona, marchew, jabłka, cukier, sól, pieprz mielony, olej rzepakowy, nać pietruszki
kompot	mieszanka kompotowa (śliwka, jabłko, agrest, aronia, porzeczka czerwona, wiśnia), woda, cukier
Alergeny	gluten, jaja, ryby

Koszt obiadów w m-cu październiku wynosi 88 ,00

**Stołówka szkolna zastrzega sobie z przyczyn niezależnych zmiany w jadłospisie**

Do przygotowywania posiłków używane są przyprawy: pieprz naturalny, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, zioła prowansalskie, papryka słodka, lubczyk ,kminek, kwasek cytrynowy oraz naturalne przyprawy do kurczaka, wieprzowiny, gulaszu i ryb. Zgodnie z informacją producenta mogą one zawierać gluten, mleko, jaja, soję, seler i gorczycę.

## Jadłospis 21-25.10.2024r.

### PONIEDZIAŁEK 21.10.2024 r.

<i><b>OBIAD</b></i>	<i><b>SKŁADNIKI</b></i>
Zupa jarzynowa na kurczaku z ziemniakami	woda, kurczak, włoszczyzna mrożona /pietruska, marchew, seler, por/, fasola mrożona, kalafior mrożony, ziemniaki, sól, przyprawa „smak natury”, mieszanka przypraw naturalnych w zmiennych proporcjach (pieprz ziarnisty i mielony, lubczyk suszony, listek laurowy, ziele angielskie,), nać pietruszki, koperek, mąka pszenna, jogurt naturalny,
Naleśnik z dżemem	mleko, jaja, woda, cukier waniliowy, mąka pszenna, olej rzepakowy, dżem truskawkowy, cukier puder
Alergeny:	seler, gluten, jogurt naturalny, mleko, jaja

### WTOREK 22.10.2024 r.

<i><b>OBIAD</b></i>	<i><b>SKŁADNIKI</b></i>
Karczek w sosie	karczek b/k, cebula, czosnek, mąka pszenna, sól, pieprz mielony, ziołowa przyprawa do wieprzowiny, przyprawa „smak natury”, olej rzepakowy
Kasza jęczmienna gruba	kasza jęczmienna, woda, sól
Surówka z ogórka kiszzonego, jabłka i cebuli	ogórek kiszony, jabłko, cebula, pieprz mielony, olej rzepakowy
Woda z cytryną	woda, cytryna
Alergeny:	gluten,

**ŚRODA 23.10.2024r.**

<b><i>OBIAD</i></b>	<b><i>SKŁADNIKI</i></b>
Kotlet pożarski	filet z kurczaka, bułka zwykła, przyprawa ziołowa do kurczaka, jaja, mąka pszenna, masło, bułka tarta, przyprawa „smak natury”, sól, pieprz mielony, olej rzepakowy, pietruszka nać
Ziemniaki	ziemniaki woda, sól
Mizeria	ogórek zielony, jogurt naturalny, sól, pieprz mielony
Kompot	mieszanka kompotowa (śliwka, jabłko, agrest, aronia, porzeczka czerwona, wiśnia), woda, cukier
Alergeny:	gluten, jaja, masło, jogurt naturalny

**CZWARTEK 24.10.2024 r.**

	<b><i>SKŁADNIKI</i></b>
Rizotto z warzywami i mięsem mielonym	łopatka b/k, włoszczyzna mrożona, marchewka z groszkiem mrożona, przyprawa do wieprzowiny, przyprawa do gulaszu, papryka słodka, cebula, czosnek, olej, sól, pieprz mielony, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna, pomidory w puszcze, koncentrat pomidorowy, zioła prowansalskie
Ryż biały długoziarnisty	ryż, woda sól
Jogurt naturalny z owocami	truskawki mrożone, jogurt naturalny, miód
Alergeny:	gluten, jogurt naturalny

**PIĄTEK 25.10.2024r.**

<b><i>OBIAD</i></b>	<b><i>SKŁADNIKI</i></b>
Ryba po grecku z warzywami	filet z miruny, bułka tarta, jaja, mąka pszenna, ziołowa przyprawa do ryb, sól, pieprz mielony, sok z cytryny, olej rzepakowy, włoszczyzna mrożona, masło, koncentrat pomidorowy
Ziemniaki tłuczone	ziemniaki, woda, sól
kompot	mieszanka kompotowa (śliwka, jabłko, agrest, aronia, porzeczka czerwona, wiśnia), woda, cukier
Alergeny	gluten, jaja, ryby, seler

Koszt obiadów w m-cu października wynosi 88 ,00

**Stołówka szkolna zastrzega sobie z przyczyn niezależnych zmiany w jadłospisie**

Do przygotowywania posiłków używane są przyprawy: pieprz naturalny, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, zioła prowansalskie, papryka słodka, lubczyk ,kminek, kwasek cytrynowy oraz naturalne przyprawy do kurczaka, wieprzowiny, gulaszu i ryb. Zgodnie z informacją producenta mogą one zawierać gluten, mleko, jaja, soję, seler i gorczycę.