



JADŁOSPIS
W SZKOLE PODSTAWOWEJ NR 1
W SOKÓLCE
(budynek 2)
czerwiec 2024

DATA	OBIAD	SKŁADNIKI ALERGENY
PONIEDZIAŁEK 03.06.2024	ZUPA OGÓRKOWA CHLEB MIESZANY KOTLET MIELONY ,ZIEMNIAKI SALATA ZE SZCZYPIOREM I ŚMIETANĄ KOMPOT OWOCOWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, przecier ogórkowy, sól, śmietana , jaja , cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny , ciemny razowy , mięso wp. , mąka pszenna , olej, bulki zwykle, bulka tarta , mąka ziemniaczana ,sałata ,szczypior ,koperek, mieszanka kompotowa, cukier.
WTOREK 04.06.2024	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM, CHLEB MIESZANY PLACKI ZIEMNIACZANE JOGURT NATURALNY KOMPOT JABŁKOWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, koperek, sól, ryż , śmietana , jaja , cebula, koncentrat pomidorowy, masło , przyprawy, chleb biały pszenny , ciemny razowy , jogurt naturalny , mąka pszenna , olej, jabłka, cukier.
ŚRODA 05.06.2024	ZUPA JARZYNOWA , CHLEB MIESZANY GULASZ MIĘSNY , KASZA OGÓREK MAŁOSOLNY KOMPOT PORZECZKOWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, masło , koncentrat pomidorowy, mieszanka siedmio składnikowa, kapusta biała, sól, śmietana , jaja , cebula, przyprawy, chleb biały pszenny , ciemny razowy , ogórek zielony, czosnek, koperek, mąka pszenna , szynka wp., olej , kasza
CZWARTEK 06.06.2024	KAPUŚNIAK Z MŁODEJ KAPUSTY Z KOPERKIEM CHLEB MIESZANY KOTLET SCHABOWY, ZIEMNIAKI POMIDOR Z CEBULĄ I ŚMIETANĄ KOMPOT ŚLIWKOWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, kapusta, koperek, śmietana , sól, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny , ciemny razowy . schab wp. olej, bulka tarta , mąka pszenna , jaja , mleko , śliwki ,cukier.
PIĄTEK 07.06.2024	ZUPA GROCHOWA , CHLEB MIESZANY RYBA W SOSIE GRECKIM , ZIEMNIAKI HERBATA Z CYTRYNĄ	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, groch ,sól, mleko, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny , ciemny razowy . Filet rybny , jaja , mąka pszenna , koncentrat pomidorowy, śmietana , olej, musztarda, mleko herbata, cytryna, cukier

DATA	OBIAD	SKŁADNIKI ALERGENY
PONIEDZIAŁEK 10.06.2024	ZUPA SZCZAWIOWA Z JAJKIEM CHLEB MIESZANY MAKARON W SOSIE BOLOŃSKIM KOMPOT OWOCOWY	Marchewka, pietruszka, seler , sól, śmietana , cebula, makaron , szczaw, jaja , masło , przyprawy, chleb biały pszenny , ciemny razowy . Mięso wp., mąka pszenna , olej, papryka czerwona, leczo, koncentrat pomidorowy, ziemniaki, koperek, mieszanina kompotowa, cukier
WTOREK 11.06.2024	BOTWINKA Z KOPERKIEM , CHLEB MIESZANY FILET PANIEROWANY Z INDYKA, ZIEMNIAKI SURÓWA WIOSENNA ZE ŚMIETANĄ KOMPOT TRUSKAWKOWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki i masło , botwina, buraki czerwone, koperek, sól, śmietana , jaja , cebula, przyprawy, chleb biały pszenny , ciemny razowy , filet z indyka, bulka tarta , mąka pszenna , olej, sałata, ogórek, szczypiorek, truskawki, cukier.
ŚRODA 12.06.2024	ZUPA FASOŁOWA , CHLEB MIESZANY RACUCHY DROŻDZOWE W SOSIE JOGURTOWYM Z TRUSKAWKAMI KAWA INKA NA MLEKU	Marchewka, fasola, cebula, pietruszka, seler , masło , przyprawy, chleb biały pszenny , ciemny , jaja , ziemniaki, mleko , olej, mąka pszenna , cukier waniliowy, drożdże, kawa inka, jogurt naturalny , cukier, truskawki
CZWARTEK 13.06.2024	KRUPNIK ZABIELANY , CHLEB MIESZANY ZRAZ BITY W SOSIE WŁASNYM , ZIEMNIAKI SURÓWKA Z MŁODEJ KAPUSTY, OGÓRKIEM I ŚMIETANĄ KOMPOT PORZECZKOWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, kapusta młoda, śmietana , kasza jęczmienna , sól, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny , ciemny razowy . Mięso wp., mąka pszenna , ogórek zielony, olej, porzeczka, cukier
PIĄTEK 14.06.2024	ZUPA KALAFIOROWA , CHLEB MIESZANY RYBA W CIEŚCIE, ZIEMNIAKI MIZERIA ZE ŚMIETANĄ HERBATA Z CYTRYNĄ	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, sól, cebula, kalafior, śmietana , masło , przyprawy, chleb biały pszenny , ciemny razowy . Filet rybny , jaja , mąka pszenna , frytki, ogórek zielony, koperek, herbata, cytryna, cukier



DATA	OBIAD	SKŁADNIKI ALERGENY
PONIEDZIAŁEK 17.06.2024	BARSZCZ BIAŁY Z JAJKIEM, CHLEB MIESZANY GULASZ DROBIOWO – WARZYWNY, RYŻ KOMPOT ŚLIWKOWY	Marchewka, pietruszka, seler , jaja , śmietana , chrzan, sól, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny , ciemny razowy . Filet z kurczaka , papryka, leczo, mąka pszenna , olej, ziemniaki, ryż , nać pietruszki, koperek, mieszanka kompotowa, cukier
WTOREK 18.06.2024	ZUPA RYŻOWA, CHLEB MIESZANY KOTLET ZIEMNIACZANY W SOSIE PIECZARKOWYM KOMPOT OWOCOWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, masło , ryż , koperek, sól, śmietana , cebula, przyprawy, chleb biały pszenny , ciemny razowy , jaja , mąka pszenna , pieczarki, olej, mieszanka kompotowa, cukier
ŚRODA 19.06.2024	ROSÓŁ Z MAKARONEM, CHLEB MIESZANY KURCZAK PIECZONY, ZIEMNIAKI MARCHEWKA MINI Z MASŁEM KOMPOT RABARBAROWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, por, ćwiartka z kurczaka, makaron , sól, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny , ciemny razowy . Koperek, mąka pszenna , groszek zielony, mleko , masło , olej, mieszanka kompotowa, cukier
CZWARTEK 20.06.2024	ZUPA KOPERKOWA, CHLEB MIESZANY MAKARON Z SEREM W SOSIE JOGURTOWYM Z TRUSKAWKAMI KAKAO NA MLEKU	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, śmietana , makaron , sól, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny , ciemny razowy . olej, kakao, mleko , jogurt naturalny , ser biały, nać pietruszki, koperek, truskawki, cukier



