

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

DATA	OBIAD	SKŁADNIKI ALERGENY
ŚRODA 03.04.2024	ZUPA - KRUPNIK RYŻOWY, CHLEB MIESZANY KLOPSIK W SOSIE POMIDOROWYM , ZIEMNIAKI OGÓREK Z KOPERKIEM KOMPOT PORZECZKOWY	Marchewka, pietruszka, seler, ziemniak, imasło, ryż, koperek, sól, śmietana, jaja, cebula, przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy, ogórek, mąka pszenna, mięso wp., olej, czosnek, kasza manna, koncentrat pomidorowy, porzeczka czarna, cukier.
CZWARTEK 04.04.2024	ZUPA PIECZARKOWA CHLEB MIESZANY FILET Z KURCZAKA , ZIEMNIAKI SURÓWKA Z MARCHEWKI, JABŁKA, CHRZANU I ŚMIETANY KOMPOT JABŁKOWY	Marchewka, pietruszka, seler, ziemniaki, pieczarki, śmietana, sól, cebula, masło, przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy. Koperek, filet z kurczaka, mąka pszenna, olej, jaja, mleko, chrzan, jabłko, cukier.
PIĄTEK 05.04.2024	ZUPA POROWA , CHLEB MIESZANY RYBA W SOSIE GRECKIM , ZIEMNIAKI HERBATA Z CYTRYNĄ	Marchewka, pietruszka, seler, ziemniaki, pory, sól, mleko, cebula, masło, przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy. jaja, mąka pszenna, olej, musztarda, śmietana, filet rybny, herbata, cytryna, cukier.



DATA	OBIAD	SKŁADNIKI ALERGENY
PONIEDZIAŁEK 08.04.2024	ZUPA JARZYNOWA ,CHLEB MIESZANY KOTLET POŻARSKI Z SEREM , KASZA KUSKUS RZODKIEWKA ZE SZCZYPIOREM I ŚMIETANĄ KOMPOT OWOCOWY	Marchewka, pietruszka, seler , sól, śmietana , cebula, jaja , ziemniaki, masło , przyprawy, mieszanka warzywna, kapusta biała, chleb biały pszenny, ciemny razowy . Filet z kurczaka. mięso wp. ser żółty , bulki zwykłe , bulka tarta , mąka pszenna , olej, kasza kuskus , rzodkiewka ,szczypior, koncentrat pomidorowy ,jabłka, koperek, mieszanka kompotowa, cukier
WTOREK 09.04.2024	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM , CHLEB MIESZANY PIECZEŃ SCHABOWA W SOSIE RUMIANYM , KLUSKI ŚLĄSKIE SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY Z ZIOŁAMI KOMPOT TRUSKAWKOWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, masło , ryż, koncentrat pomidorowy , koperek, , sól, śmietana , jaja , cebula, przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy , schab. wp., mąka pszenna , olej, mąka ziemniaczana, kapusta biała, czosnek, truskawki ,cukier.
ŚRODA 10.04.2024	ZUPA KALAFIOROWA CHLEB MIESZANY FILET PANIEROWANY Z INDYKA, ZIEMNIAKI SAŁATA ZE SZCZYPIOREM I ŚMIETANĄ KOMPOT JABŁKOWY	Marchewka, kalafior, sól, śmietana , cebula, pietruszka, seler , masło , przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy . Koperek, filet z indyka, jaja , bulka tarta , mąka pszenna , ziemniaki, mleko , olej, sałata, szczypior, jabłka, cukier.
CZWARTEK 11.04.2024	ZUPA SZCZAWIOWO -SZPINAKOWA Z JAJKIEM, CHLEB MIESZANY GULASZ MIĘSNY ,KASZA JĘCZMIENNA BURACZKI Z CEBULĄ KOMPOT ŚLIWKOWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, szczaw, szpinak, jaja , sól, ziemniaki, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy . Szynka wp , mąka pszenna , buraki czerwone , kasza jęczmienna , śliwki, cukier
PIĄTEK 12.04.2024	ZUPA KOPERKOWA , CHLEB MIESZANY RYBA W CIEŚCIE , ZIEMNIAKI SAŁATKA Z OGÓRKA KISZONEGO Z OLEJEM HERBATA OWOCOWA	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, koperek, śmietana , sól, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy . Filet z ryby , mąka , jaja , mleko , olej, ogórek kiszony, musztarda, herbata, cukier



DATA	OBIAD	SKŁADNIKI ALERGENY
PONIEDZIAŁEK 15.04.2024	BIAŁY BARSZCZ Z JAJKIEM, CHLEB MIESZANY MAKARON W SOSIE BOLOŃSKIM KOMPOT ŚLIWKOWY	Marchewka, pietruszka, seler, jaja, śmietana , chrzan, sól, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy . Szynka wp. makaron , papryka, leczo, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna , pomidory, olej, ziemniaki, nać pietruszki, koperek, śliwki, cukier
WTOREK 16.04.2024	ZUPA BROKUŁOWA , CHLEB MIESZANY RACUCHY DROŹDŻOWE W SOSIE JOGURTOWYM Z TRUSKAWKAMI BUDYŃ NA MLEKU	Marchewka, pietruszka, seler, ziemniaki, brokuł, sól, cebula, śmietana, masło , przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy . Mąka pszenna, jaja, jogurt naturalny, mleko , drożdże, cukier waniliowy, nać pietruszki, koperek, truskawki, budyń, cukier
ŚRODA 17.04.2024	ZUPA FASOŁOWA , CHLEB MIESZANY KOTLET JAJECZNY, ZIEMNIAKI MIZERIA Z KOPERKIEM I ŚMIETANĄ KOMPOT RABARBAROWY	Marchewka, pietruszka, seler, fasola, ziemniaki, śmietana , sól, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy . Koperek, bulki zwykłe, bulka tarta, jaja, mleko , olej, mąka ziemniaczana, ogórek zielony, mieszanka kompotowa, cukier
CZWARTEK 18.04.2024	ROSÓŁ Z MAKARONEM , CHLEB MIESZANY PODUDZIE PIECZONE , ZIEMNIAKI MARCHEWKA DUSZONA Z GROSZKIEM KOMPOT OWOCOWY	Marchewka, pietruszka, seler, ziemniaki, masło, makaron , koperek, sól, pory, ćwiartka z kurczaka, cebula, przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy , podudzie z kurczaka, mąka pszenna , groszek zielony, olej, mieszanka kompotowa, cukier
PIĄTEK 19.04.2024	ZUPA -BARSZCZ CZERWONY , CHLEB MIESZANY GAŁKA RYBNA W SOSIE SEROWO – ŚMIETANOWYM , ZIEMNIAKI OGÓREK KONSERWOWY HERBATA	Marchewka, pietruszka, seler, ziemniaki, buraki czerwone, sól, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy . Filet rybny, jaja, kasza manna, ser, mąka pszenna , olej, ogórek konserwowy, koperek, śmietana, mleko , herbata, cukier



DATA	OBIAD	SKŁADNIKI ALERGENY
PONIEDZIAŁEK 22.04.2024	ZUPA PIECZARKOWA CHLEB MIESZANY BIGOS Z KIELBASĄ, ZIEMNIAKI KISIEL OWOCOWY	Marchewka, pietruszka, seler , śmietana , pieczarki, sól, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy . Kielbasa podwawelska (gorczyca, białko sojowe) kapusta biała, koncentrat pomidorowy, olej, ziemniaki, mleko , nać pietruszki, koperek, kisiel, cukier
WTOREK 23.04.2024	ZUPA OGÓRKOWA, CHLEB MIESZANY FILET RYBNY, ZIEMNIAKI SURÓWKA Z SELERA ZE ŚMIETANĄ KOMPOT OWOCOWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniak imleko, masło , przecier ogórkowy, koperek, sól, śmietana , cebula, przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy, jaja, filet rybny, mąka pszenna , jabłka, olej, mieszanka kompotowa, cukier
ŚRODA 24.04.2024	ZUPA JARZYNOWA, CHLEB MIESZANY, GAŁKA MIĘSNA, KASZA BULGUR SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY Z MAJONEZEM KOMPOT JABŁKOWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, śmietana , sól, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, mieszanka warzywna, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy . Koperek, mięso wp. czosnek, kasza manna, jaja, kasza bulgur , olej, kapusta czerwona, jabłka, majonez , cukier
CZWARTEK 25.04.2024	ZUPA CHŁOPSKA Z ZACIERKĄ, CHLEB MIESZANY KOTLET SCHABOWY, ZIEMNIAKI SURÓWKA WIOSENNA ZE ŚMIETANĄ KOMPOT OWOCOWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, makaron , groch, peczak , sól, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy . Olej, schab wp. bulka tarta, mąka pszenna, mleko , sałata, szczypior, rzodkiewka, nać pietruszki, koperek, mieszanka kompotowa, cukier
26.04.2024	ZUPA GROCHOWA, CHLEB MIESZANY MAKARON Z SEREM SOSIE JOGURTOWYM Z TRUSKAWKAMI KAKAO NA MLEKU	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, makaron , groch, sól, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy . Ser biały półtłusty, olej, koperek, jogurt naturalny, mleko, kakao , cukier, truskawki



DATA	OBIAD	SKŁADNIKI ALERGENY
PONIEDZIAŁEK 29.04.2024	ŻUREK Z KIELBASĄ I JAJKIEM, CHLEB MIESZANY UDZIEC INDYKA W SOSIE ZIEMNIAKI FASOLKA SZPARAGOWA KOMPOT ŚLIWKOWY JABŁKO	Marchewka, pietruszka, seler, jaja , śmietana, chrzan, sól, cebula, masło, przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy . Kielbasa biała (gorczyca, białko sojowe) udziec z indyka, fasolka szparagowa, olej, ziemniaki, mleko , nać pietruszki, koperek, śliwki, cukier, jabłka
WTOREK 30.04.2024	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY , CHLEB MIESZANY KOTLET MIELONY , ZIEMNIAKI SAŁATA ZE SZCZYPIOREM I ŚMIETANĄ KOMPOT OWOCOWY	Marchewka, pietruszka, seler, ziemniak imasło , ryż, koperek, sól, śmietana, cebula, przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy, jaja, bulki zwykłe , bulka tarta, czosnek, mąka pszenna, mleko, mięso wp. olej, sałata, szczypior, mieszanka kompotowa, cukier

