


JADŁOSPIS W SZKOLE PODSTAWOWEJ NR 1 W SOKÓŁCE (budynek 1)

czerwiec 2023



DATA	OBIAD	SKŁADNIKI / ALERGENY
01.06.2023 Czwartek	Zupa koperkowa Chleb mieszany Hamburger pieczony w bułce ziarnistej Ogórek małosolny Herbata Batonik musli	Marchew, seler , pietruszka, cebula, ziemniaki, masło , chleb pszenny i razowy , mięso wieprzowe, jaja , bułka pszenna, ogórek, herbata, batonik musli
02.06.2023 Piątek	Zupa z czerwonej soczewicy Chleb mieszany Ziemniaki gotowane Kotlet rybny Pomidor z koperkiem w śmietanie Kompot truskawkowy	Marchew, seler , pietruszka, cebula, ziemniaki, masło , soczewica, chleb pszenny i razowy , śmietana , miruna , mąka , jaja , bułka tarta , pomidor, mieszanka owocowa



DATA	OBIAD	SKŁADNIKI / ALERGENY
05.06.2023 Poniedziałek	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty Chleb mieszany Kasza kus kus perłowa Udziec z indyka w sosie słodko-kwaśnym Ogórek korniszon Herbata	Marchew, seler , pietruszka, cebula, masło , kapusta, chleb pszenny i razowy , kasza kus kus, mięso indycze, mąka , ogórek korniszon, herbata
06.06.2023 Wtorek	Zupa pomidorowa z zacierkami Chleb mieszany Ziemniaki gotowane Gałka rybna w sosie śmietanowo-chrzanowym Surówka wiosenna Kompot jabłkowy	Marchew, seler , pietruszka, cebula, ziemniaki, masło , chleb pszenny i razowy , makaron pszenny , śmietana , filet rybny , mieszanka owocowa,
07.06.2023 Środa	Zupa barszcz ukraiński Chleb mieszany Makaron z twarogiem i sosem jogurtowym Kakao na mleku Jabłko	Marchew, seler , pietruszka, cebula, ziemniaki, fasola, kapusta, masło , śmietana , chleb pszenny i razowy , makaron pszenny , twaróg , jogurt naturalny , kakao, mleko , jabłko
08.06.2023 Czwartek	Boże Ciało	
09.06.2023 Piątek	Dzień wolny od zajęć dydaktycznych	



DATA	OBIAD	SKŁADNIKI / ALERGENY
12.06.2023 Poniedziałek	Zupa jarzynowa Chleb mieszany Kasza orkiszowa Filet z kurczaka w warzywach Kawa inka	Marchew, seler , pietruszka, cebula, ziemniaki, masło , chleb pszenny i razowy , śmietana , kasza orkiszowa, filet kurczaka, kalafior, brokuł, kawa inka,
13.06.2023 Wtorek	Zupa botwinka Chleb mieszany Ziemniaki gotowane Podudzia kurczaka pieczone Marchewka z groszkiem na gorąco Kompot owocowy	Marchew, seler , pietruszka, cebula, ziemniaki, masło , buraki, chleb pszenny i razowy , udko kurczaka, zielony groszek, masło , mieszanka owocowa
14.06.2023 Środa	Zupa fasolowa Chleb mieszany Ziemniaki gotowane Ryba z warzywami Kompot truskawkowy	Marchew, seler , pietruszka, cebula, ziemniaki, masło , fasola, chleb pszenny i razowy , miruna , mąka jaja , kalafior, brokuł, mieszanka owocowa
15.06.2023 czwartek	Zupa krupnik Chleb mieszany Gołąbki odwrótnie zawijane z młodą kapustą, koperkiem w sosie pomidorowym Herbata z cytryną	Marchew, seler , pietruszka, cebula, ziemniaki, masło , kasza jęczmienna , chleb pszenny i razowy , mąka , mięso wieprzowe, kapusta, przecier pomidorowy herbata, cytryna,
16.06.2023 Piątek	Zupa żurek z jajkiem Chleb mieszany Naleśniki z twarogiem i śmietaną Kompot wieloowocowy Jabłko	Marchew, seler , pietruszka, cebula, ziemniaki, masło , jaja , chleb pszenny i razowy , mąka , mleko , śmietana , twaróg , jaja , mieszanka owocowa, jabłko



DATA	OBIAD	SKŁAD / ALERGENY
19.06.2023 Poniedziałek	Zupa kalafiorowa Chleb mieszany Frytki Kotlet schabowy panierowany Sałata lodowa ze szczypiorkiem i śmietaną Kompot wieloowocowy	Marchew, seler , pietruszka, cebula, ziemniaki, masło , kalafior, śmietana , chleb pszenny i razowy , schab, jaja , bulka tarta , sałata, szczypior, mieszanka owocowa
20.06.2023 Wtorek	Zupa chłopska z zacierką Chleb mieszany Kasza Bulgur Karkówka w sosie własnym Pomidor z koperkiem w ziołach Herbata z cytryną Banan	Marchew, seler , pietruszka, cebula, ziemniaki, masło , makaron pszenny , śmietana , chleb pszenny i razowy , kasza Bulgur, karkówka, mąka , pomidor, oliwa z oliwek, herbata, cytryna, banan
21.06.2023 Środa	Zupa z zielonego groszku Chleb mieszany Ziemniaki zapiekane Kotlet mielony Mizeria z ogórka i koperku w śmietanie Herbata owocowa	Marchew, seler , pietruszka, cebula, ziemniaki, masło , śmietana , groszek, chleb pszenny i razowy , mąka , jaja , bulka tarta , karkówka, ogórek, mieszanka owocowa
22.06.2023 czwartek	Zupa dyniowa z płatkami Chleb mieszany Kasza gryczana Sznyceł z indyka w sosie własnym Surówka z młodej kapusty i jabłka w ziołach Kompot porzeczkowy	Marchew, seler , pietruszka, cebula, ziemniaki, masło , chleb pszenny i razowy , dynia, kasza gryczana, płatki jęczmienne , filet indyczy, mąka , kapusta, jabłka, oliwa z oliwek, mieszanka owocowa,
23.06.2023 Piątek	Zakończenie roku szkolnego	

