

**JADŁOSPIS W SZKOLE PODSTAWOWEJ NR 1 W SOKÓLCE
LISTOPAD BUDYNEK II**

DATA	OBIAD	SKŁADNIKI ALERGENY
PONIEDZIAŁEK 04.11.2024	ZUPA OGÓRKOWA CHLEB MIESZANY GULASZ DROBIOWO-WARZYWNY RYŻ KOMPOT PORZECZKOWY OWOC	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, masło , przecier ogórkowy, koperek, sól, śmietana , cebula, przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy, mięso drobiowe, mąka pszenna , olej, leczo, papryka, ryż, porzeczka, koncentrat pomidorowy, cukier, owoc
WTOREK 05.11.2024	ZUPA BROKUŁOWA CHLEB MIESZANY KOTLET MIELONY, ZIEMNIAKI SURÓWKA Z MARCHEWKI, JABŁKIEM, SŁONECZNIKIEM I MAJONEZEM KOMPOT ŚLIWKOWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, masło, śmietana, mleko , sól, brokuł, pestki słonecznika, jaja , cebula, przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy, mąka pszenna , olej, bulka tarta, jaja, bulki zwykłe, majonez , łopatka wp., śliwka, cukier.
ŚRODA 06.11.2024	ZUPA KALAFIOROWA CHLEB MIESZANY PIECZEŃ RZYMSKA W SOSIE WŁASNYM, KASZA ORKISZOWA FASOLKA SZPARAGOWA Z MASŁEM KOMPOT JABŁKOWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, kalafior, sól, cebula, masło, śmietana , przyprawy, kasza orkiszowa, chleb biały pszenny, ciemny razowy, jaja, bulki zwykłe , koperek, szynka, mąka pszenna , olej, fasolka szparagowa, jabłka, cukier.
CZWARTEK 07.11.2024	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM CHLEB MIESZANY KOTLET ZIEMNIACZANY W SOSIE PIECZARKOWYM KOMPOT RABARBAROWY SOK OWOCOWO - WARZYWNY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, ryż , sól, śmietana , cebula, koncentrat pomidorowy, masło , przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy, jaja, mąka pszenna , olej, pieczarki, koperek, mieszanka kompotowa, cukier, sok owocowo-warzywny.
PIĄTEK 08.11.2024	ZUPA GROCHOWA, CHLEB MIESZANY FILET RYBNY Z SEREM PIECZONY ZIEMNIAKI SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ Z ŻURAWINĄ HERBATA Z CYTRYNĄ	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, sól, cebula, groch, masło , przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy, filet rybny, mąka pszenna , olej, jaja, mąka pszenna, mleko , żurawina, kapusta kiszona, herbata, olej, cytryna, cukier.

DATA	OBIAD	SKŁADNIKI ALERGENY
PONIEDZIAŁEK 11.11.2024		
WTOREK 12.11.2024	<p>ŻUREK Z KIŁBASĄ I JAJKIEM CHLEB MIESZANY UDZIEC Z INDYKA W SOSIE WARZYWNYM KASZA KUSKUS SURÓWKA Z RZEPY ZE SZCZYPIOREM I MAJONEZEM KOMPOT TRUSKAWKOWY</p>	<p>Marchewka, pietruszka, seler, sól, śmietana, cebula, chrzan, jaja, kielbasa biała(seler, gorczyca, białko sojowe) masło, przyprawy, chleb biały pszenny ,ciemny razowy, udziec z indyka, mąka pszenna, olej, ziemniaki, kasza kuskus, rzepa, szczypior, jabłka, koperek, majonez, mieszanka kompotowa</p>
ŚRODA 13.11.2024	<p>ZUPA JARZYNOWA, CHLEB MIESZANY KARKÓWKA PIECZONA W SOSIE WŁASNYM, KOPYTKA SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY Z OLEJEM KOMPOT JABŁKOWY</p>	<p>Marchewka ,pietruszka, seler, mieszanka warzywna, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, śmietana, ziemniaki, sól, cebula, masło, przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy, koperek, karkówka, czerwona kapusta, jaja, mąka pszenna, jabłka, olej, cukier.</p>
CZWARTEK 14.11.2024	<p>KRUPNIK ZABIELANY CHLEB MIESZANY BIGOS Z KIEŁBASĄ ZIEMNIAKI HERBATA OWOCOWA</p>	<p>Marchewka, pietruszka, seler, ziemniaki, biała kielbasa(seler, gorczyca, białko sojowe) sól, śmietana, mleko, cebula, kasza jęczmienna, masło, przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy, koncentrat pomidorowy, kapusta biała, olej, koperek, herbata owocowa, cukier.</p>
PIĄTEK 15.11.2024	<p>ZUPA FASOŁOWA CHLEB MIESZANY FILET RYBNY W CIEŚCIE ZIEMNIAKI SURÓWKA Z OGÓRKA, PAPRYKI I OLEJU HERBATA</p>	<p>Marchewka, pietruszka, seler, ziemniaki, fasola, sól, cebula, masło, przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy, mleko, filet z morszczuka, jaja, mąka pszenna, olej, ogórek kiszony, papryka, musztarda, herbata, cukier</p>

DATA	OBIAD	SKŁADNIKI ALERGENY
PONIEDZIAŁEK 18.11.2024	ZUPA KOPERKOWA CHLEB MIESZANY MAKARON W SOSIE BOŁOŃSKIM KOMPOT ŚLIWKOWY OWOC	Marchewka, pietruszka, seler , koperek, śmietana , sól, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy , makaron , szynka, olej, ziemniaki, leczo, papryka, koncentrat pomidorowy, nać pietruszki, śliwki, owoc, cukier
WTOREK 19.11.2024	ZUPA CHŁOPSKA CHLEB MIESZANY PYZY Z MIĘSEM I CEBULKĄ SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY Z PAPRYKĄ KOMPOT PORZECZKOWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, masło , groch, pęczak , makaron , koperek, sól, śmietana , cebula, przyprawy, chleb biały pszenny i ciemny razowy , czosnek, łopatka, mąka ziemniaczana, olej, papryka, biała kapusta, jaja , porzeczka ,cukier.
ŚRODA 20.11.2024	BIAŁY BARSZCZ Z JAJKIEM CHLEB MIESZANY FILET Z KURCZAKA PANIEROWANY ZIEMNIAKI KALAREPA ZE SZCZYPIOREM I ŚMIETANĄ KOMPOT RABARBAROWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, chrzan , jaja , sól, śmietana , cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy . Koperek, kalarepa, mleko , mąka pszenna , olej, szczypiorek, mieszanka kompotowa, cukier
CZWARTEK 21.11.2024	BARSZCZ CZERWONY CHLEB MIESZANY KLOPSIK W SOSIE, ZIEMNIAKI KAPUSTA LODOWA Z SELEREM NACIOWYM I ZIOŁAMI KOMPOT OWOCOWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, buraki, śmietana , sól, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy , łopatka, bułki zwykłe , jaja , bulka tarta , mąka pszenna , olej, koperek , czosnek, kapusta lodowa, seler naciowy, mieszanka kompotowa, cukier.
PIĄTEK 22.11.2024	ZUPA BROKUŁOWA , CHLEB MIESZANY RYBNA PANIEROWANA ZIEMNIAKI OGÓREK KONSERWOWY HERBATA Z CYTRYNĄ	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, brokuł, sól, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny, ciemny razowy , filet rybny , mąka pszenna , olej, jaja , koperek, śmietana , ogórek konserwowy, herbata, cytryna, cukier.

DATA	OBIAD	SKŁADNIKI ALERGENY
PONIEDZIAŁEK 25.11.2024	ZUPA SZCZAWIOWA Z JAJKIEM CHLEB MIESZANY KOTLET SCHABOWY , ZIEMNIAKI SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ Z KUKURYDZĄ I ZIOŁAMI KOMPOT TRUSKAWKOWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, masło , szczaw, koperek, sól, śmietana , jaja , cebula, przyprawy, chleb biały pszenny , ciemny razowy , schab, mąka pszenna , olej, bulka tarta , kapusta pekińska, kukurydza, truskawka, cukier.
WTOREK 26.11.2024	ZUPA PIECZARKOWA CHLEB MIESZANY GOŁĄBKI W SOSIE POMIDOROWYM ZIEMNIAKI KOMPOT PORZECZKOWY OWOC	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, pieczarki, sól, śmietana , cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny , ciemny razowy . Koperek, łopatka, czosnek, mąka pszenna , olej, porzeczka, cukier.
ŚRODA 27.11.2024	BARSZCZ UKRAIŃSKI CHLEB MIESZANY PLACKI ZIEMNIACZANE KOMPOT RABARBAROWY JOGURT NATURALNY	Marchewka, pietruszka, seler , fasola , buraki, sól, cebula, mieszanka warzywna, masło , przyprawy, ziemniaki, chleb biały pszenny , ciemny razowy , mąka pszenna , olej, jaja , koperek, mieszanka kompotowa, jogurt naturalny , cukier.
CZWARTEK 28.11.2024	ROSÓŁ Z MAKARONEM CHLEB MIESZANY PODUDZIA PIECZONE, ZIEMNIAKI MARCHEWKA Z GROSZKIEM KOMPOT OWOCOWY	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, por, makaron , sól, cebula, masło , przyprawy, chleb biały pszenny , ciemny razowy . Udko z kurczaka, podudzie, olej, koperek, groszek zielony, mleko , mieszanka kompotowa, cukier
PIĄTEK 29.11.2024	KAPUŚNIAK MAZURSKI CHLEB MIESZANY MAKARON Z SEREM W SOSIE JOGURTOWO-TRUSKAWKOWYM KAKAO NA MLEKU	Marchewka, pietruszka, seler , ziemniaki, masło , kapusta kiszona, koncentrat pomidorowy, koperek, sól, makaron , ser biały , jogurt naturalny , cebula, przyprawy, chleb biały pszenny , ciemny razowy , mleko , kakao , cukier, truskawki.