JADŁOSPIS



Jadłospis PSP3

09.11.2026 Poniedziałek

Zupa warzywna

Składniki: woda, ziemniaki, brokuł, kalafior, pomidory w puszce krojone (skład: pomidory, sok z pomidorów, sól, regulator kwasowości - kwas cytrynowy), soczewica czerwona nasiona suche, marchew, **seler** korzeniowy, pietruszka korzeń, papryka czerwona, por, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka, tymianek, oregano suszone

Naleśniki z dżemem

Składniki: **mleko** krowie 2% tłuszczu, mąka **pszenna** typ 450, dżem truskawkowy (truskawki (100 g truskawek zużyto na 100 g produktu), cukry pochodzące z owoców, zagęszczony sok cytrynowy do korekty smaku kwaśnego, substancja żelująca – pektyny), **jaja** kurze całe, cukier, olej rzepakowy

Sok pomarańczowy z wodą

Składniki: woda, sok pomarańczowy 100% (skład: sok pomarańczowy z zagęszczonego soku pomarańczowego 100%)



10.11.2026 Wtorek

Zupa ogórkowa z ziemniakami

Składniki: ziemniaki, ogórek kiszony (skład: ogórki, woda, sól, przyprawy oraz substancja konserwująca E202 (sorbinian potasu)), marchew, śmietana 18% (skład: **śmietanka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), kurczak tuszka, pietruszka korzeń, **seler** korzeniowy, por, koperek, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kąski z kurczaka

Składniki: mięso z piersi kurczaka, olej rzepakowy, czosnek, papryka słodka, papryka ostra, sól biała, oregano suszone



Ryż z kukurydzą

Składniki: woda, ryż basmati, kukurydza konserwowa (składniki: ziarno kukurydzy, woda, sól), sól biała

Brokuł na parze

Składniki: brokuły mrożone

Sos czosnkowy

Składniki: jogurt grecki (skład: **mleko, śmietanka**, kultury bakterii jogurtowych), czosnek, majonez (skład: olej rzepakowy rafinowany, musztarda, (woda, ocet spirytusowy, **gorczyca,** cukier, sól, przyprawy)

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna



12.11.2026 Czwartek

Kapuśniak z boczkiem wędzonym

Składniki: woda, ziemniaki, kapusta kiszona (skład: kapusta biała, marchew, sól substancja konserwująca – sorbinian potasu (E202), marchew, boczek wędzony (skład: boczek wędzony, przyprawy naturalne, sól peklująca), pietruszka korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Gulasz wieprzowy

Składniki: szynka wieprzowa surowa, woda, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna** typ 450, papryka słodka, papryka ostra, czosnek, tymianek, oregano suszone



Kasza jęczmienna

Składniki: woda, kasza **jęczmienna** wiejska (**pszenica**), sól biała

Ćwikła z chrzanem

Składniki: burak, chrzan tarty (skład: korzeń chrzanu 52%, woda, cukier, olej rzepakowy, sól, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), cytryna, cukier



Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

13.11.2026 Piątek

Krupnik z kaszą jaglaną

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kasza jaglana, kurczak tuszka, pietruszka korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Paluszki rybne pieczone

Składniki: paluszki **rybne** mrożone (skład: filety z **mintaja** 65%, panierka sypka 15% (mąka PSZENNA, drożdże, sól, papryka mielona, kurkuma), woda, olej rzepakowy, mąka **pszenna,** sól)



Ziemniaki gotowane

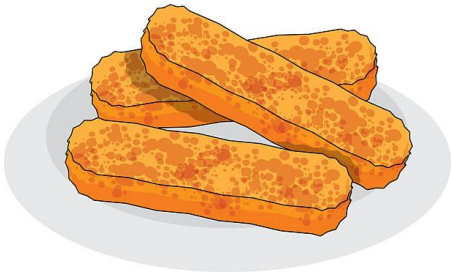
Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z kapusty pekińskiej

Składniki: kapusta pekińska, ogórek świeży, śmietana 18% (skład: **śmietanka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), majonez (**jaja**, **gorczyca**), koperek, pieprz, sól biała

Sok jabłkowy z wodą

Składniki: woda, sok jabłkowy z zagęszczonego soku jabłkowego 100%, witamina C



* **posiłek bez produktów pochodzenia zwierzęcego**

Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności.
Produkty zawarte w potrawach mogą zawierać soję oraz orzechy.
Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez pogrubienie i podkreślenie.
Napoje przygotowane na miejscu zawierają nie więcej niż 10g cukru w 250 ml produktu gotowego do spożycia.
Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Smacznego