

Jadłospis SP STARE BIELICE 28.09 - 2.10

📅 28.09.2026 poniedziałek

Kluski leniwe z jogurtem greckim 300 g

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z mleka), mąka pszenna, typ 450, jogurt grecki (mleko, żywe kultury barterii), jaja kurze całe, cukier

Owoc 50 g

Woda z cytryną 200 ml

Składniki: woda, cytryna

Energia: 546 kcal

📅 29.09.2026 wtorek

Rosół drobiowy z makaronem 300 g

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, makaron pszenny bezjajeczny (mąka z pszenicy zwyczajnej), wołowina szponder, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, mięso z ud kurczaka, bez skóry, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pulpety z kurczaka 70 g

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, cebula, olej rzepakowy, mąka pszenna, typ 450, jaja kurze całe, bułki pszenne zwykłe (mąka pszenna, woda, drożdże, sól, cukier), czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Chleb pszenno-żytni 60 g

Składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, naturalny wysuszony zakwas żytni, sól

Energia: 419 kcal

📅 30.09.2026 środa

Kotlet wieprzowy mielony 100 g

Składniki: wieprzowina łopatką, olej rzepakowy, jaja kurze całe, cebula, bułka tarta (mąka pszenna, sól, drożdże), bułki pszenne zwykłe (mąka pszenna, woda, drożdże, sól, cukier)

Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 180 g

Surówka z buraczków z jabłkiem 100 g

Składniki: burak, jabłko, cebula, olej rzepakowy

Kompot z owoców mieszanych 200 ml

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Energia: 533 kcal

📅 01.10.2026 czwartek

Zupa grochowa na wywarze warzywnym 400 ml

Składniki: woda, ziemniaki, groch, nasiona suche, marchew, cebula, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, olej rzepakowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek

Marchewka súpki 100 g

Składniki: marchew

Chleb pszenno-żytni 70 g

Składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, naturalny wysuszony zakwas żytni, sól

Energia: 464 kcal

📅 02.10.2026 piątek

Filet z miruny w cieście 100 g

Składniki: filet z miruny mrożonej (ryba), mąka pszenna, typ 450, jaja kurze całe, olej rzepakowy, sól biała, pieprz

Ziemniaki gotowane 180 g

Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z kapusty kiszonej z marchewką 100 g

Składniki: kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), marchew, cebula, olej rzepakowy

Woda z cytryną 200 ml

Składniki: woda, cytryna

Energia: 456 kcal

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.