

## SZKOŁY JADŁOSPIS STYCZEŃ 2023r.

02.01.2023r. do 31.01.2023r.

**Uwaga: produkty „wytłuszczone” zawierają alergeny.**

### Poniedziałek 02.01.2023 r. [724 kcal]

Zupa jarzynowa (300 ml)

Zupa jarzynowa, składniki; wywar z warzyw, marchewka, pietruszka, seler, cebula, – 120,0 g, fasola szparagowa 8,0 g, kalafior 16,0 g, kapusta biała 6,0g, marchew 14,0 g, pietruszka korzeń 4,0 g, por 5,0 g, seler korzeń 6,0 g, pomidor 16,0 g, ziemniaki 60 g, masło- zawiera mleko 82 % tłuszczu 12,0 g, mąka pszenna- zawiera gluten 2,0 g, koperek 14 g)

Gulasz wieprzowy(150g) kasza gryczana(130 g) sur. z kap. pekińskiej(120g)

Gulasz wieprzowy, składniki; mięso wieprzowe -łopata 70 g, Olej rzepakowy 5ml, mąka pszenna- zawiera gluten 3g, cebula 3g, ziola 1g.

Kasza gryczana, składniki ; kasza gryczana 130g, masło- zawiera mleko 82 % tłuszczu, 2,5 g)

Surówka z kapusty pekińskiej z olejem składniki : kapusta pekińska 130g, papryka 28,6g, jabłko 40,3g, olej rzepakowy 5,2g)

Kompot.

### Wtorek 03.01.2023r. [628 kcal]

Krupnik z ziemniakami i warzywami (300 ml),

Krupnik, składniki; wywar warzywny – marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, cebula, por , 57g, kasza jęczmienna- zawiera gluten 4,3 g, marchew 7,1 g, pietruszka korzeń 2,9 g, por 2,9 g, seler korzeń 1,4 g, ziemniaki 28,6 g, masło- zawiera mleko 82 % tłuszczu 1,1g, pietruszką natka 1,4 g.

Filet drobiowy panierowany(120g), ziemniaki (150 g), surówka z selera, marchwi i jabłka (120 ) g

Filet z drobiu; pierś kurczaka 100g, mąka pszenna – zawiera gluten 8g, jaja 10g, bułka tarta – zawiera gluten, jaja 15g, olej rzepakowy 17g.

Ziemniaki purée, składniki ; ziemniaki 140,4 g Masło- zawiera mleko 82% tłuszczu 1,8 g mleko, 2% tłuszczu 7,0 g.

Surówka z selera i jabłka z olejem składniki; seler 120g, jabłko 25g, olej słonecznikowy 8g, cukier 2g)

Kompot.

### Środa 04.01.2023r. [617 kcal]

Zupa pomidorowa z ryżem (300 ml).

Zupa pomidorowa z ryżem, składniki; wywar z warzyw – pietruszka, seler korzeń , marchewka, por 120 g, marchewka 9g, pietruszka korzeń 3g, seler korzeń 4g, koncentrat pomidorowy 30% -4g, cebula 3g, masło- zawiera mleko 82 % tłuszczu 2 g, śmietana- zawiera mleko 18 % tłuszczu 8g, mąka pszenna- zawiera gluten 2 g, ryż 3g, cukier 0,6 g, pietruszka natka 0,5g.

Leniwe pierogi z sera twarogowego i ziemniaków (320g)(ser twarogowy- zawiera mleko tłusty, jaja, mąka pszenna- zawiera gluten, ziemniaki, skrobia ziemniaczana, masło- zawiera mleko 82 % tłuszczu, bułka tarta- zawiera gluten + pszenicę + jaja, cukier.

Surówka z marchwi i jabłka (120g) (marchew 100g, jabłko 15g , cukier).

Kompot.

### Czwartek 05.01.2023r. [609 kcal]

Rosół z kury z makaronem i mięsem (300 ml)

Rosół + mięso mielone , składniki; włoszczyzna-marchew,( seler korzeń, pietruszka, por, kapusta włoska, cebula) 130g, mięso z kurczaka mielone 52g, makaron- zawiera gluten + jaja 33g, pietruszka natka 2,6 g, Ziola 1,3g)

Filet z indyka (150 g) w sosie szpinakowym, ziemniaki (150 g) surówka z białej kapusty(120 g)

Filet z indyka, składniki; indyk 60 g, szpinak 20g, jaja 5g, bułka pszenna- zawiera gluten + pszenicę + jaja 8g, cebula 8g, skrobia ziemniaczana 2g, bułka tarta- zawiera gluten + pszenicę + jaja 8g, olej rzepakowy 8g.

Ziemniaki purée, składniki; ziemniaki 140,4 g masło- zawiera mleko 82% tłuszczu 1,8 g , mleko, 2% tłuszczu 7,0 g.

Surówka z białej kapusty , składniki: kapusta 90g, marchew 16g, jabłko 7g, olej słonecznikowy 8 ml , ziola 1,2 g).

Kompot.

### Piątek 06.01.2023r. [603 kcal]

Zupa szczawiowa na bazie warzyw(300ml)

Zupa szczawiowa, składniki: wywar z warzyw,: marchewka, pietruszka, seler korzeń, por, cebula, – 140,0 g, szczaw 20g, ziemniaki 28 g, masło- zawiera mleko 82 % tłuszczu 6,0 g, mąka pszenna- zawiera gluten 1,0 g, szczaw 8 g.

Ryba panierowana (140 g) ziemniaki 150 g), surówka z kiszzonej kapusty (120g).

Dorsz panierowany, składniki ; dorsz świeży, filety 130g, Jaja 6,2 g mąka pszenna- zawiera gluten 8,3 g, bułka tarta zawiera gluten + pszenicę + jaja 4,2 g , olej rzepakowy 1,4 g.

Ziemniaki purée, składniki ; ziemniaki 140,4 g Masło- zawiera mleko 82% tłuszczu 1,8 g mleko, 2% tłuszczu 7,0 g.

Surówka z kiszzonej kapusty, składniki: kapusta kiszona 95g, jabłko 30,0 g cebula 10,0 g, olej słonecznikowy 5,0 g ,cukier 3,0 g.

Kompot

### Poniedziałek 09.01.2023r. [644 kcal]

Zupa ogórkowa z ryżem (300ml)

Zupa ogórkowa z ziemniakami ( składniki; wywar z warzyw; marchew, **seler**, pietruszka, por), ogórek kiszony 13,0 g, **masło**-zawiera **mleko**, 82% tłuszczu 1,8 g, **śmietana**- zawiera **mleko**, 18% tłuszczu 7,8 g, **mąka pszenna**- zawiera **gluten** 1,6 g , cukier 0,4 g.

Boeuf Strogonow (150g), kasza jęczmienna (150g), sur. z kapusty pekińskiej (120g)

Boeuf Strogonow, duszony ,składniki; wołowina 78g, **mąka pszenna**- zawiera **gluten** 5,2g, olej rzepakowy 9,8 g, cebula 13g, koncentrat pomidorowy 1,3g, **śmietana**- zawiera **mleko** 12 % tłuszczu 13 g),kasza jęczmienna -zawiera **gluten**.

Surówka z kapusty pekińskiej z olejem składniki : kapusta pekińska 130g, papryka 28,6g, jabłko 40,3g, olej rzepakowy 5,2g)

Kompot.

### Wtorek 10.01.2023r. [611 kcal]

Zupa z fasolki szparagowej z warzywami – 300g

Zupa z fasolki szparagowej składniki; wywar warzywny z marchewki, **selera**, pietruszki, pora: 74,1g, fasola szparagowa 55,9g, marchew 9,1g, pietruszka korzeń 3,9g, por 3,9g, **seler korzeń** 1,8g, ziemniaki 55,9 g, **śmietana**- zawiera **mleko** 12 % tłuszczu 6,5 g, **mąka pszenna**- zawiera **gluten** 1,2g, pietruszka natka 1,8 g)

Pieczonka wieprzowa(130g),ziemniaki(150g),surówka z selera i jabłka(150g).

Pieczonka wieprzowa,ziemniaki (**mąka** zawiera **gluten**, **masło** zawiera 82%tłuszczu)

Surówka z selera i jabłka z olejem składniki; **seler** 120g, jabłko 25g, olej słonecznikowy 8g, cukier 2g)

Kompot.

### Środa 11.01.2023r. [725 kcal]

Zupa ziemniaczana na bazie warzyw (300ml)

Zupa ziemniaczana, składniki; wywar z jarzyn 80g, fasola szparagowa 5,2g, kalafior 3g, kapusta biała 3,9 g, marchew 9g, pietruszka korzeń 3g, por 4g, **seler korzeń** 4g, pomidor 10g, ziemniaki 60g, **masło**- zawiera **mleko** 82 % tłuszczu 6,5 g, **śmietana**- zawiera **mleko** 18% tłuszczu 7,8g, **mąka pszenna**- zawiera **gluten** 1,3 g, pietruszka natka 1 g).

Łazanki z kapustą (350g).

Łazanki z kapustą, składniki; **mąka pszenna**- zawiera **gluten** 105 g, **jaja** 9 g, kapusta biała 80g, cebula 10g,

Kompot.

### Czwartek 12.01.2023r.[692 kcal]

Rosół i makaronem (300 ml)

Rosół , składniki; włoszczyzna-marchew,( **seler korzeń**, pietruszka, por, kapusta włoska, cebula) 130g, mięso z kurczaka mielone 52g, makaron- zawiera **gluten** + **jaja** 33g, pietruszka natka 2,6 g, Ziola 1,3g)

Kotleciki z „pieca” (120g), ziemniaki (150 g), surówka z selera, marchwi i jabłka (120 ) g

Filet z drobiu; filet z kurczaka 100g, **mąka pszenna** – zawiera **gluten** 8g, **jaja** 10g, **masło**( 82%tłuszczu),

**bułka pszenna** tarta – zawiera **gluten**+ **jaja**, olej rzepakowy,przyprawy)

Ziemniaki purée, składniki ; ziemniaki 140,4 g **Masło**- zawiera **mleko**82% tłuszczu 1,8 g **mleko**, 2% tłuszczu 7,0 g.

Surówka z białej kapusty , składniki: kapusta 90g, marchew 16g, jabłko 7g, olej słonecznikowy 8 ml. , ziola 1,2 g).

Kompot.

### Piątek 13.01.2023r. [746kcal]

Zupa krem z marchwi (300ml).

Zupa(wywar warzywny,marchew,pietruszka korzeń,por,**seler korzeń**,ziemniaki,**masło** zawiera 82%tłuszczu),marchew,ziemniaki  
Ryba panierowana (130g) ziemniaki (150 g) surówka z kiszanej kapusty (150g)

Dorsz panierowany, składniki ; dorsz świeży, filety 120g, **Jaja**6,2 g **mąka pszenna**- zawiera **gluten** 8,3 g, **bułka tarta**

zawiera **gluten** + **pszenicę** + **jaja** 4,2 g , olej rzepakowy 1,4 g.

Ziemniaki , składniki ; ziemniaki 140,4 g **Masło**- zawiera **mleko**82% tłuszczu 1,8 g **mleko**, 2% tłuszczu 7,0 g.

Surówka z kiszanej kapusty, składniki; kapusta kiszona 95g, jabłko 30,0 g cebula 10,0 g, olej słonecznikowy 5,0 g ,cukier 3,0 g

Kompot.

**Poniedziałek 16.01.2023r. [708 kcal]**

Zupa jarzynowa z ziemniakami (300 ml)

Zupa jarzynowa, składniki; wywar z warzyw, marchewka, pietruszka, seler, cebula, – 120,0 g, fasola szparagowa 8,0 g, kalafior 16,0 g, kapusta biała 6,0g, marchew 14,0 g, pietruszka korzeń 4,0 g, por 5,0 g, seler korzeń 6,0 g, pomidor 16,0 g, ziemniaki 60 g, masło- zawiera mleko 82 % tłuszczu 12,0 g, mąka pszenna- zawiera gluten 2,0 g, koperek 14 g)

Makaron z sosem bolognese ( 350 g), surówka z białej kapusty(120 g)

Makaron z sosem bolognese, składniki :makaron dwujajeczny- zawiera gluten + pszenicę +jaja 35g ; mąka pszenna - zawiera gluten 24,7 g, jaja 2,5 g, masło- zawiera mleko 82 % tłuszczu 1,5 g, sos; mięso mielone wołowe 60g, cebula 8g, czosnek 0,5 g, pomidory 150g, oregano 0,1 g )

Surówka z białej kapusty , składniki: kapusta 90g, marchew 16g, jabłko 7g, olej słonecznikowy 8 ml. , zioła 1,2 g).

Kompot.

**Wtorek 17.01.2023r. [646 kcal]**

Zupa pomidorowa z ryżem ( 300 ml)

Zupa pomidorowa z ryżem, składniki; wywar z warzyw 100g , marchewka 9g, pietruszka korzeń 3g, seler korzeń 4g, koncentrat pomidorowy 30% -5g, przecier pomidorowy 13g, cebula 3g, masło- zawiera mleko 82 % tłuszczu 2 g, śmietana- zawiera mleko 18 % tłuszczu 8 g, mąka pszenna- zawiera gluten 4 g, ryż 4g, cukier 0,5 g, pietruszka natka 0,6g .

Kotlet mielony ( 130 g) ziemniaki (150g) , surówka z kapusty pekińskiej marchwi z cytryną(120 ) g

Kotlet mielony z mięsa mieszanego, smażony: wieprzowina, łopata 80g, wołowina pieczeń 30g, jaja 8g, bułka pszenna- zawiera gluten, jaja 8g,

cebula 2g, skrobia ziemniaczana 2g, bułka tarta , zawiera gluten, jaja 8g, olej rzepakowy 12g

Ziemniaki purée, składniki; ziemniaki 140,4 g masło- zawiera mleko 82% tłuszczu 1,8 g , mleko, 2% tłuszczu 7,0 g.

Surówka z kapusty pekińskiej z olejem składniki : kapusta pekińska 130g, papryka 28,6g, jabłko 40,3g, olej rzepakowy 5,2g)

Kompot.

**Środa 18.01.2023r. [480 kcal]**

Zupa kalafiorowa (300 ml)

Zupa kalafiorowa , składniki; wywar z jarzyn- 140g, kalafior 24g, fasola szparagowa 6g, kapusta biała 5g, marchew 9g, pietruszka korzeń 4g, seler korzeń 4g, por 4g, pomidor 10g, ziemniaki 36g, masło- zawiera mleko 82% tłuszczu 2g, śmietana- zawiera mleko 18% tłuszczu 9g, mąka pszenna- zawiera gluten 2 g, pietruszka natka 0,9 g)

Pierogi leniwe z sosem jogurtowo owocowym (320g).

Pierogi leniwe: jaja 3,8 g, mąka pszenna 198,6g,- zawiera gluten, ser twarogowy tłusty 46,8g zawiera mleko, masło zawiera 82%tłuszczu - 5g , cukier ), sos jogurtowy: jogurt owocowy.

Surówka z marchwi i jabłek (marchew, jabłko, cukier).

Kompot.

**Czwartek 19.01.2023r. [605 kcal]**

Rosół z makaronem (300 ml)

Rosół składniki; włoszczyzna-marchew,( seler korzeń, pietruszka, por, kapusta włoska, cebula) 130g, mięso z kurczaka mielone 52g, makaron- zawiera gluten + jaja 33g, pietruszka natka 2,6 g, Ziola 1,3g)

Gulasz drobiowy (150 g), kasza jęczmienna (120 g), buraki (120 g)

Gulasz drobiowy, składniki ; mięso z indyka 120 g, marchew 2g, pietruszka, korzeń 2g, olej rzepakowy 10ml, mąka pszenna- zawiera gluten 4g, cebula 4g, przyprawy 1,3g.

Kasza jęczmienna na sypko z masłem, składniki; kasza jęczmienna- zawiera gluten , perłowa 35 g, masło- zawiera mleko 82% tłuszczu 2g,

Buraki zasmażane , składniki ;buraki 110g, olej rzepakowy 7g, cebula 4 g, mąka pszenna- zawiera gluten 2 g.

Kompot.

**Piątek 20.01.2023r. [708 kcal]**

Barszcz czerwony z ziemniakami(300 ml)

Barszcz czerwony z ziemniakami, składniki; wywar z warzyw 100 g, buraki 65g, mleko 2 % tłuszczu 7g, śmietana- zawiera mleko 18 % tłuszczu 13g, mąka pszenna- zawiera gluten 3g, jaja 50g, przyprawy 2g),ziemniaki

Ryba panierowana (140 g) ziemniaki 150 g), surówka z kiszzonej kapusty (120g).

Dorsz panierowany, składniki ; dorsz świeży, filety 130g, Jaja 6,2 g mąka pszenna- zawiera gluten 8,3 g, bułka tarta zawiera gluten + pszenicę + jaja 4,2 g , olej rzepakowy 1,4 g.

Ziemniaki purée, składniki ; ziemniaki 140,4 g Masło- zawiera mleko 82% tłuszczu 1,8 g mleko, 2% tłuszczu 7,0 g.

Surówka z kiszzonej kapusty, składniki; kapusta kiszona 95g, jabłko 30,0 g cebula 10,0 g, olej słonecznikowy 5,0 g ,cukier 3,0 g.

Kompot.

**Poniedziałek 23.01.2023r. [611 kcal]**

Zupa koperkowa na wywarze warzywnym z kaszą jęczmienną (300ml)

Zupa koperkowa , składniki; wywar z warzyw – 60,0 g, fasola szparagowa 4,0 g, kalafior 8,0 g, kapusta biała 3,0g, marchew 7,0 g, pietruszka korzeń 2,0 g, por 3,0 g, **seler korzeń** 3,0 g, pomidor 8,0 g, ziemniaki 28,1 g, **masło-** zawiera **mleko**82 % tłuszczu 6,0 g, **mąka pszenna-** zawiera **gluten** 1,0 g, koperek 1 g)

Gulasz drobiowy (140g), makaron (140 g), surówka z kapusty pekińskiej (120 g)

Gulasz drobiowy: mięso drobiowe 100g,cebula 3g, mąka **pszenna** 5g, olej rzepakowy 5g

Makaron 140g - zawiera **gluten**

Surówka z kapusty pekińskiej z olejem składniki : kapusta pekińska 130g, papryka 28,6g, jabłko 40,3g, olej rzepakowy 5,2g)

Kompot.

**Wtorek 24.01.2023r. [701 kcal]**

Zupa pomidorowa z makaronem (300 ml)

Pomidorowa z makaronem: wywar z warzyw –**seler**, pietruszka, marchew, por, cebula 160 g, marchew 4g, pietruszka 4g, **seler** 3g, cebula 2g,koncentrat pomidorowy, 30% – 5g, masło śmietankowe 82% tłuszczu – zawiera **mleko-** 2g, śmietana, zawiera **mleko** -2g, mąka pszenna – zawiera **gluten** 2g, makaron -zawiera **gluten**, **jaja** 6g, cukier 0,6 g, pietruszka natka 0,6g.

Kotlet mielony ( 130 g) ziemniaki (150g) , surówka z marchwi z cytryną(120 ) g

Kotlet mielony z mięsa mieszanego, smażony: wieprzowina, łopata 80g, wołowina pieczeń 30g, **jaja** 8g, bułka pszenna- zawiera **gluten**, **jaja** 8g, cebula 2g, skrobia ziemniaczana 2g, bułka tarta , zawiera **gluten**, **jaja** 8g, olej rzepakowy 12g, ryż.

Surówka z marchwi z cytryną (marchew, jabłko, sok z cytryny cukier).

Kompot.

**Środa 25.01.2023r. [776 kcal]**

Rosół z mięsem i makaronem (300 ml)

Rosół + mięso mielone , składniki; włoszczyzna-marchew,( **seler korzeń**, pietruszka, por, kapusta włoska, cebula) 130g, mięso z kurczaka mielone 52g, **makaron-** zawiera **gluten** + **jaja** 33g, pietruszka natka 2,6 g, Zioła 1,3g)

**Pierogi ruskie (320g)**

Pierogi ruskie: ziemniaki 168,6g, **jaja** 3,8 g, **mąka pszenna** 30g, zawiera **gluten**, **ser** 46,8g zawiera **laktozę**, **masło 82%** - 5g **tłuszczu** zawiera **laktozę**)

Surówka z kiszanej kapusty, składniki; kapusta kiszona 95g, jabłko 30,0 g cebula 10,0 g, olej słonecznikowy 5,0 g ,cukier 3,0 g.

Kompot.

**Czwartek 26.01.2023r. [540 kcal]**

Ogórkowa z ryżem i ziemniakami (300 ml)

Zupa ogórkowa z ziemniakami, składniki; wywar z warzyw 130g, ryż 10g, ogórek kiszony 30g , ziemniaki 60 g , masło 82% tłuszczu 1,4 g , śmietana 18% tłuszczu 6,0 g , mąka pszenna 1,2 g Cukier 0,3 g, koperek 0,3g, pietruszka natka 0,3g

ilet drobiowy panierowany(120g), ziemniaki (150 g), surówka z selera, marchwi i jabłka (120 ) g

Filet z drobiu; pierś kurczaka 100g, **mąka pszenna** – zawiera **gluten** 8g, **jaja** 10g, **bułka tarta** – zawiera **gluten**, **jaja** 15g, olej rzepakowy 17g.

Ziemniaki purée, składniki ; ziemniaki 140,4 g **Masło-** zawiera **mleko**82% tłuszczu 1,8 g **mleko**, 2% tłuszczu 7,0 g.

Surówka z białej kapusty , składniki: kapusta 90g, marchew 16g, jabłko 7g, olej słonecznikowy 8 ml. , zioła 1,2 g).

Kompot.

**Piątek 27.01.2023r. [752 kcal]**

Zupa krem z warzyw (250g), dorsz panierowany(100g), ziemniaki purée(100g), surówka z kiszanej kapusty(80g), kompot z owoców mieszanych(200g)

Zupa wywar z warzyw (wywar z warzyw, marchewka, pietruszka korzeń , seler korzeń, ziemniaki, cebula, masło 82% tłuszczu, śmietana 18% tłuszczu 6g, mąka pszenna, pietruszka natka)

Ryba panierowana (140 g) ziemniaki 150 g), surówka z kiszanej kapusty (120g).

Dorsz panierowany, składniki ; dorsz świeży, filety 130g, **Jaja**6,2 g **mąka pszenna-** zawiera **gluten** 8,3 g, **bułka tarta** zawiera **gluten** + **pszenicę** + **jaja** 4,2 g , olej rzepakowy 1,4 g.

Ziemniaki purée, składniki ; ziemniaki 140,4 g **Masło-** zawiera **mleko**82% tłuszczu 1,8 g **mleko**, 2% tłuszczu 7,0 g.

Surówka z kiszanej kapusty, składniki; kapusta kiszona 95g, jabłko 30,0 g cebula 10,0 g, olej słonecznikowy 5,0 g ,cukier 3,0 g.

Kompot.

**Poniedziałek 30.01.2023r. [724 kcal]**

Zupa jarzynowa (300 ml)

Zupa jarzynowa, składniki; wywar z warzyw, marchewka, pietruszka, **seler**, cebula, – 120,0 g, fasola szparagowa 8,0 g, kalafior 16,0 g, kapusta biała 6,0g, marchew 14,0 g, pietruszka korzeń 4,0 g, por 5,0 g, **seler korzeń** 6,0 g, pomidor 16,0 g, ziemniaki 60 g, **masło**- zawiera **mleko** 82 % tłuszczu 12,0 g, **mąka pszenna**- zawiera **gluten** 2,0 g, koperek 14 g)

Gulasz wieprzowy(150g) makaron(130 g) sur. z kap. pekińskiej(120g)

Gulasz wieprzowy, składniki; mięso wieprzowe -łopatka 70 g, Olej rzepakowy 5ml, **mąka pszenna**- zawiera **gluten** 3g, cebula 3g, ziola 1g.

Makaron, składniki ; **mąka** ( zawiera **gluten+jaja**) 130g,

Surówka z kapusty pekińskiej z olejem składniki : kapusta pekińska 130g, papryka 28,6g, jabłko 40,3g, olej rzepakowy 5,2g)

Kompot.

**Wtorek 31.01.2023r. [628 kcal]**

Krupnik z ziemniakami i warzywami (300 ml),

Krupnik, składniki; wywar warzywny – marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, cebula, por , 57g, **kasza jęczmienna**- zawiera **gluten** 4,3 g, marchew 7,1 g, pietruszka korzeń 2,9 g, por 2,9 g, **seler korzeń** 1,4 g, ziemniaki 28,6 g, **masło**- zawiera **mleko** 82 % tłuszczu 1,1g, pietruszka natka 1,4 g.

Filet drobiowy panierowany(120g), ziemniaki (150 g), surówka z selera, marchwi i jabłka (120 ) g

Filet z drobiu; pierś kurczaka 100g, **mąka pszenna** – zawiera **gluten** 8g, **jaja** 10g, **bułka tarta** – zawiera **gluten**, **jaja** 15g, olej rzepakowy 17g.

Ziemniaki purée, składniki ; ziemniaki 140,4 g **Masło**- zawiera **mleko**82% tłuszczu 1,8 **mleko**, 2% tłuszczu 7,0 g.

Surówka: **seler** -50g, marchew -33,3 g, jabłko 100g, cukier 5g.

Kompot.

Kraków, dnia 27.12.2022r.

Zatwierdza  
ZARZĄD SPÓŁDZIELNI SOCJALNEJ  
PROGRES

Pełnomocnik  
  
Małgorzata Lebioda

SPÓŁDZIELNIA SOCJALNA  
PROGRES  
31-135 Kraków, ul. Baburgowa 16  
NIP 676-243-48-98 • REGON 142111111