

SZKOŁA/ DOROŚLI

PIĄTEK 1.12.

OBIAD: ZUPA KALAFIOROWA, ŚLEDŹ W ŚMIETANIE Z CEBULKĄ, ZIEMNIAKI Z MASEŁKIEM, KOMPOT

ALERGENY: 4, 6,7,9

KCAL: 452 B: 24,7G T: 26,2G W: 87,6G

PONIEDZIAŁEK 4.12

OBIAD: ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM, GOŁĄBKI BEZ ZAWIJANIA Z KAPUSTĄ, ZIEMNIAKI, SOS POMIDOROWY, KALAFIOR GOTOWANY, SOK OWOCOWY

ALERGENY: 1, 9

KCAL: 489 B: 27,9G T: 29,0G W: 90,1 G

WTOREK 5.12.

OBIAD: KREM BROKUŁOWY Z GRZANKAMI, GULASZ Z SZYNKI Z KASZĄ PĘCZAK, BURACZKI TARTE, KOMPOT

ALERGENY: 1,7, 9

KCAL: 511 B: 27,4G T: 29,0G W: 94,3G

ŚRODA 6.12.

Obiad: ZUPA KRUPNIK Z KASZĄ JĘCZMIENNĄ, SPAGHETTI Z SOSEM BOŁOŃSKIM I MIĘSEM MIELONYM, KOMPOT

ALERGENY: 1,3,6,9,10

KCAL: 480 B: 25,3 T: 29,7 W: 101,7G

CZWARTEK 7.12.

OBIAD: ZUPA ZIEMNIACZANA, ŁAZANKI Z KAPUSTĄ I MIĘSEM, KOMPOT

ALERGENY: 1,3, 9

KCAL: 497 B: 26,6 T:29,3 W: 97,8G

PIĄTEK 8.12.

OBIAD: BARSZCZ UKRAIŃSKI, PULPETY RYBNE W PANIERCE, KASZA JAGLANA, MARCHEWKA Z MASEŁKIEM, SOS WARZYWNY, KOMPOT

ALERGENY: 1, 4, 7, 9

KCAL: 490 B: 26,7G T:28,0G W:100,2G

PONIEDZIAŁEK 11.12.

OBIAD: ZUPA KAPUŚNIACZEK, PIEROGI LENIWE Z JOGURTEM, SURÓWKA Z MARCHWI, JABŁKA, ANANASA, HERBATA Z CYTRYNĄ

ALERGENY: 1,7,9

KCAL:476 B: 28,0G T:28,2G W:102,9G

WTOREK 12.12.

OBIAD: ZUPA WARZYWNA, PIECZONY SCHAB, KOPYTKA, SOS PIECZENIOWY, SURÓWKA Z MODREJ KAPUSTY, MARCHWI, JOGURTU, KOMPOT

ALERGENY: 1,6,9

KCAL: 511G B:29,7 T: 30,0 W: 100,4G

ŚRODA 13.12.

OBIAD: ZUPA OGÓRKOWA, KLOPSIKI Z MIĘSA MIELONEGO, SOS KOPERKOWY, ZIEMNIAKI, FASOLKA ZIELONA, KOMPOT

ALERGENY:1, 9, 10

KCAL: 507 B: 27,0G T:29,2G W: 97,3G

CZWARTEK 14.12.

OBIAD: ROSOŁEK Z MAKARONEM, FILET Z KURCZAKA W PANIERCE, ZIEMNIAKI, SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ, KOMPOT

ALERGENY: 1, 3, 9

KCAL: 509 B: 29,6G T: 28,00G W: 99,0G

PIĄTEK 15.12

OBIAD: ZUPA FASOLOWA, RYBA W PANIERCE KUKURYDZIANEJ W POLEWIE MIODOWEJ, ZIEMNIAKI, SOS CYTRYNOWY, SURÓWKA (SAŁATA LODOWA, POMIDOR, OGÓREK ZIELONY, KUKURYDZA), KOMPOT

ALERGENY: 1, 3, 4, 9, 10

KCAL: 505 B:28,5G T: 30,2G W:102,4G

PONIEDZIAŁEK 18.12

OBIAD: KREM KALAFIOROWY Z GRZANKAMI, ESKALOPKI DROBIOWE, RYŻ PARABOLICZNY, SOS DYNIOWY, SURÓWKA, KOMPOT

ALERGENY: 1,6, 7, 9

KCAL: 490 B: 30,2G T: 27,00G W: 107G

WTOREK 19.12

OBIAD: ZUPA BARSZCZ CZERWONY Z USZKAMI, PALUSZKI RYBNE WŁASNEJ PRODUKCJI, ZIEMNIAKI, KAPUSTA GOTOWANA, KOMPOT

ALERGENY: 1, 4, 6, 9

KCAL: 537 B:28,4G T:28,6G W:102,2G

ŚRODA 20.12.

OBIAD: ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM, RATATOUILLE Z BAGIETKĄ, KOMPOT

ALERGENY: 1,6, 9

KCAL: 497 B:26,8G T:29,00G W:102,5G

CZWARTEK 21.12.

OBIAD: ZUPA OGÓRKOWA, SZYNKA PIECZONA, SOS PIECZENIOWY, PYZY, BURACZKI PURRE, KOMPOT

ALERGENY: 1,6,7,9

KCAL: 508 B:27,0G T:29,2G W:100,4G

LOSIR CATERING
tel. 61 830 12 70
kom. 517751071
catering@losir.eu
www.losir.eu



PIĄTEK 22.12.

OBIAD: ZUPA KRUPNIK Z KASZĄ JĘCZMIENNĄ, MAKARON KOKARDKI Z SOSEM NEAPOLITANSKIM I
TARTYM PARMEZANEM, KOMPOT

ALERGENY: 1,3,9

KCAL: 478 B: 25,8g T:26,7g W: 98,3G