

 Poniedziałek 01.12.2025

OBIAD

Zupa ogórkowa z ziemniakami SZ

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, ogórek kiszony, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego.), mleko krowie, 2% tłuszczu, masło ekstra (z mleka), kapusta włoska, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Chleb pszenno-żytni

Składniki: mąka pszenna 59,3 % , woda, mąka żytnia 14,8 %, drożdże, sól, środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy, produkt może zawierać : sezam, lubin, soja, orzechy, mleko, jaja oraz ich produkty pochodne

Ryż z mięsem mielonym w sosie pomidorowym Sz

Składniki: wieprzowina szynka surowa, ryż biały, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego.), mąka pszenna, typ 450, olej rzepakowy, masło ekstra (z mleka), przecier pomidorowy, czosnek, sól biała, pieprz

Kompot owocowy P

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier, porzeczki czarne, mrożone

Banan

Energia: 671 kcal	Białko: 22.2 g	Tłuszcze: 22.6 g	Węglowodany: 90.6 g
-------------------	----------------	------------------	---------------------

 Środa 03.12.2025

OBIAD

Krupnik z kaszą jęczmienną Sz

Składniki: woda, ziemniaki, kasza jęczmienna, perłowa, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego.), pietruszka, korzeń, marchew, seler korzeniowy, masło ekstra (z mleka), mleko krowie, 2% tłuszczu, natka pietruszki, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Chleb pszenno-żytni

Składniki: mąka pszenna 59,3 % , woda, mąka żytnia 14,8 %, drożdże, sól, środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy, produkt może zawierać : sezam, lubin, soja, orzechy, mleko, jaja oraz ich produkty pochodne

Sznicelki mielone z miruny panierowane Sz

Składniki: miruna świeża, filety bez skóry (ryba), jaja kurze całe, bułki pszenne zwykłe (mąka pszenna, woda, drożdże, sól, cukier), olej rzepakowy, bułka tarta (mąka pszenna, sól, drożdże), cebula, masło ekstra (z mleka), czosnek

Ziemniaki

Surówka z kiszonej kapusty SZ

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

Kompot owocowy SZ

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier, porzeczki czarne, mrożone

Energia: 697 kcal	Białko: 28.4 g	Tłuszcze: 29.2 g	Węglowodany: 74.9 g
-------------------	----------------	------------------	---------------------

 Piątek 05.12.2025

OBIAD

Zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem Sz

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, śmietana 18% (z mleka), pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, mleko krowie, 2% tłuszczu, por, groszek zielony, mrożony, masło ekstra (z mleka), natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Chleb pszenno-żytni

Składniki: mąka pszenna 59,3 % , woda, mąka żytnia 14,8 %, drożdże, sól, środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy, produkt może zawierać : sezam, lubin, soja, orzechy, mleko, jaja oraz ich produkty pochodne

Pierogi z serem na słodko SZ

Składniki: pierogi z serem na słodko (składniki: ciasto pierogowe 64, mąka pszenna, woda, jaja, olej rzepakowy,sól, farsz twarogowy 36%(twaróg półtłusty84,5%, cukier,jaja, cukier waniliowy, olej rzepakowy)), cukier, masło ekstra (z mleka)

Kompot owocowy SZ

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier, porzeczki czarne, mrożone

Jabłko

Energia: 723 kcal	Białko: 24.2 g	Tłuszcze: 22 g	Węglowodany: 103.5 g
-------------------	----------------	----------------	----------------------

 Wtorek 02.12.2025

OBIAD

Zupa zacierkowa Sz

Składniki: woda, makaron 5 jajeczny (kaszka pszenna makaronowa, semolina (kaszka z pszenicy durum), 5 jaj na kilogram mąki (21,3%), woda, przyprawa kurkuma.), marchew, pietruszka, korzeń, por, seler korzeniowy, kapusta włoska, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie

Udziec z kurczaka gotowany z ziemniakami SZ

Składniki: ziemniaki, mięso z ud kurczaka, ze skórą, masło ekstra (z mleka), sól biała, liść laurowy, ziele angielskie

Surówka z marchewki ze szczypiorkiem i jogurtem Sz

Składniki: marchew, jogurt grecki (mleko, żywe kultury barterii), szczypiorek

Kompot owocowy SZ

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier, porzeczki czarne, mrożone

Pomarańcza

Energia: 661 kcal	Białko: 32.3 g	Tłuszcze: 23.2 g	Węglowodany: 74.6 g
-------------------	----------------	------------------	---------------------

 Czwartek 04.12.2025

OBIAD

Zupa grysikowa SZ

Składniki: woda, marchew, kasza manna (pszenica), podudzie z kurczaka ze skórą, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, porcja rosółowa, masło ekstra (z mleka), kapusta włoska, natka pietruszki, ziele angielskie, sól biała, liść laurowy

Chleb wieloziarnisty

Składniki: mąka pszenna (35%), woda, mąka żytnia(19%), otręby pszenne (3%), siemię lniane (3%), nasiona słonecznika (3%), drożdże, dekstroza, sól,zakwas żytni(woda, częściowo prażona mąka żytnia, dojrzały zakwas), nasiona sezamu 0,3%, mąka ze słodu jęczmiennego, stabilizator e466, suchy zakwas pszenny, emulgator e472e, środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy, kwas: kwas octowy, może zawierać: jaja, orzechy, mleko, soję.

Kotlet drobiowy panierowany z ziemniakami SZ

Składniki: ziemniaki, mięso z piersi kurczaka, bez skóry, mleko krowie, 2% tłuszczu, olej rzepakowy, bułka tarta (mąka pszenna, sól, drożdże), jaja kurze całe, mąka pszenna, typ 450, sól biała, pieprz

Surówka z czerwonej kapusty Sz

Składniki: kapusta czerwona, marchew, ogórek kiszony, olej rzepakowy

Kompot owocowy SZ

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier, porzeczki czarne, mrożone

Energia: 655 kcal	Białko: 33 g	Tłuszcze: 22.5 g	Węglowodany: 74.5 g
-------------------	--------------	------------------	---------------------

INTENDENT SZKOLNY


Jolanta Kołodziej

ZESPÓŁ SZKOLNO-PRZEDSZKOLNY
W BRZESKU

32-800 Brzesko, ul. Królowej Jadwigi 18
tel. 14 68 63 520; 14 68 63 530
NIP 369-19-91-886 REGON 369498698

DYREKTOR ZESPOŁU
SZKOLNO-PRZEDSZKOLNEGO


mgr Ewa Łupińska-Toroń