

 Poniedziałek 08.12.2025

OBIAD

Zupa podkarpacka SZ

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, seler korzeniowy, wieprzowina szynka surowa, kielbasa toruńska, pietruszka, korzeń, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego.), cebula, por, mleko krowie, 2% tłuszczu, kapusta włoska

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

Spaghetti z mięsem mielonym, sosem pomidorowym i żółtym serem Sz

Składniki: makaron mp (mąka pszenna., mąka z pszenicy twardej, (triticum durum). produkt może zawierać jaja.), wieprzowina szynka surowa, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, ser salami pełnotłusty (mleko, sól, stabilizator: chlorek wapnia, kultury bakterii mlekowych, barwnik: annato), cebula

Kompot owocowy SZ

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

Mandarynki

Energia: 708 kcal	Białko: 32.7 g	Tłuszcze: 25.1 g	Węglowodany: 82.8 g
-------------------	----------------	------------------	---------------------

 Środa 10.12.2025

OBIAD

Zupa pomidorowa z ryżem SZ

Składniki: woda, marchew, ryż biały, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego.), masło ekstra (z mleka), mleko krowie, 2% tłuszczu, por, koncentrat pomidorowy 30%, natka pietruszki, kapusta włoska, 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

Filet z miruny panierowany z ziemniakami SZ

Składniki: ziemniaki, filet z miruny mrożonej (ryba), mleko krowie, 2% tłuszczu, bułka tarta (mąka pszenna, sól, drożdże), olej rzepakowy, jaja kurze całe, mąka pszenna, typ 450

Surówka z kiszonej kapusty SZ

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

Kompot owocowy SZ

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

Energia: 681 kcal	Białko: 27.3 g	Tłuszcze: 26.3 g	Węglowodany: 77.3 g
-------------------	----------------	------------------	---------------------

 Piątek 12.12.2025

OBIAD

Zupa fasolowa z ziemniakami Sz

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

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 koktajlem bananowo-truskawkowym Sz

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii), śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego.), truskawki, mrożone, banan, ryż biały

Drożdżówka P

Składniki: mąka pszenna, ser twarogowy, cukier, woda, olej rzepakowy, drożdże, serwatka w proszku (z mleka), żółtka jaj, gluten (z pszenicy), sól, karoteny-barwnik

Energia: 720 kcal	Białko: 21.4 g	Tłuszcze: 22.8 g	Węglowodany: 102.5 g
-------------------	----------------	------------------	----------------------

 Wtorek 09.12.2025

OBIAD

Barszcz czerwony z uszkami z mięsem Sz

Składniki: woda, burak, uszka z mięsem (skład: ciasto 83 %: mąka pszenna, woda, jaja, olej rzepakowy, sól.farsz 17%: mięso wieprzowe 84% , cebula, sól, pieprz czarny, olej rzepakowy), marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, cytryna, sól biała, pieprz, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie

Łazanki z kapustą białą i wieprzowym mięsem mielonym SZ

Składniki: makaron pszeniny bezjajeczny (mąka z pszenicy zwyczajnej), wieprzowina łopatką, kapusta biała, cebula, olej rzepakowy, masło ekstra (z mleka)

Kompot owocowy SZ

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

Jabłko

Energia: 723 kcal	Białko: 31.6 g	Tłuszcze: 26.6 g	Węglowodany: 83.1 g
-------------------	----------------	------------------	---------------------

 Czwartek 11.12.2025

OBIAD

Rosół z makaronem Sz

Składniki: woda, marchew, makaron 5 jajeczny (kasza pszenna makaronowa, semolina (kasza z pszenicy durum), 5 jaj na kilogram mąki (21,3%), woda, przyprawa kurkuma.), pietruszka, korzeń, udo z kurczaka, porcja rosółowa, seler korzeniowy, cebula, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Schab duszony w sosie własnym z ziemniakami Sz

Składniki: ziemniaki, wieprzowina schab surowy bez kości, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego.), mleko krowie, 2% tłuszczu, cebula, masło ekstra (z mleka), masło klarowane (z mleka)

Ogórek kiszony

Kompot owocowy SZ

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

Gruszka

Energia: 655 kcal	Białko: 32.8 g	Tłuszcze: 22.3 g	Węglowodany: 75.7 g
-------------------	----------------	------------------	---------------------

DYREKTOR ZESPÓŁU
SZKOLNO-PRZEDSZKOLNEGO


mgr Ewa Lupińska-Toroń

ZESPÓŁ SZKOLNO-PRZEDSZKOLNY
I PRZESKU
32-800 Brzesko, ul. Królowej Jadwigi 18-
tel. 14 88 63 520; 14 68 63 530
NIP 869-19-91-685 REGON 369498698
6

INTENDENT SZKOLNY


Joanna Kotodziej