

📅 **Poniedziałek** 15.12.2025

OBIAD

Zupa gulaszowa Sz

Składniki: woda, ziemniaki, wieprzowina szynka surowa, marchew, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego.), papryka czerwona, pietruszka, korzeń, por, seler korzeniowy, mleko krowie, 2% tłuszczu, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, natka pietruszki, sól biała, pieprz, papryka słodka, 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, łubin, soja, orzechy, mleko, jaja oraz ich produkty pochodne

Makaron z serem i musem truskawkowym Sz

Składniki: makaron pszenny bezajeczny (mąka z pszenicy zwyczajnej), ser twarogowy półtłusty (z mleka), truskawki, mrożone, masło ekstra (z mleka), cukier

Kompot owocowy SZ

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

Energia: 666 kcal	Białko: 29.9 g	Tłuszcze: 24.1 g	Węglowodany: 78.9 g
-------------------	----------------	------------------	---------------------

📅 **Środa** 17.12.2025

OBIAD

Krupnik z kaszą jęczmienną Sz

Składniki: woda, ziemniaki, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego.), kasza jęczmienna, perłowa, 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, łubin, 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, masło ekstra (z mleka)

Surówka z kiszanej 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: 708 kcal	Białko: 27.2 g	Tłuszcze: 28.6 g	Węglowodany: 78.3 g
-------------------	----------------	------------------	---------------------

📅 **Piątek** 19.12.2025

OBIAD

Zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem Sz

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, śmietana 18% (z mleka), groszek zielony, mrożony, por, mleko krowie, 2% tłuszczu, 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, łubin, soja, orzechy, mleko, jaja oraz ich produkty pochodne

Kopytka Sz

Składniki: ziemniaki, twaróg półtłusty (mleko, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego), mąka pszenna, typ 450, masło ekstra (z mleka), jaja kurze całe, skrobia ziemniaczana, cukier

Kompot owocowy SZ

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

Banan

Energia: 726 kcal	Białko: 26.2 g	Tłuszcze: 25.3 g	Węglowodany: 93.2 g
-------------------	----------------	------------------	---------------------

📅 **Wtorek** 16.12.2025

OBIAD

Zupa pomidorowa z makaronem SZ

Składniki: woda, marchew, makaron 5 jajeczny (kaszka pszenna makaronowa, semolina (kaszka z pszenicy durum), 5 jaj na kilogram mąki (21,3%), woda, przyprawa kurkuma.), pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego.), mleko krowie, 2% tłuszczu, masło ekstra (z mleka), por, koncentrat pomidorowy 30%, kapusta włoska, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Chleb graham

Składniki: mąka pszenna razowa(41,3%), woda, mąka pszenna (13,8%), mąka żytnia (13,8%), gluten pszenny (3,4%), drożdże, sól,

Klopsiki drobiowo- wieprzowe w sosie pieczarkowym Sz

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, wieprzowina karkówka, pieczarki świeże, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii kwasu mlekowego.), mąka pszenna tortowa, mleko krowie, 2% tłuszczu, bułki pszenne zwykłe (mąka pszenna, woda, drożdże, sól, cukier), masło ekstra (z mleka), jaja kurze całe, olej rzepakowy, cebula, czosnek, sól biała, pieprz

Ziemniaki**Surówka z marchewki ze szczypiorkiem i jogurtem Sz**

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

Kompot owocowy SZ

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

Jabłko

Energia: 717 kcal	Białko: 31.4 g	Tłuszcze: 26.1 g	Węglowodany: 83 g
-------------------	----------------	------------------	-------------------

📅 **Czwartek** 18.12.2025

OBIAD

Zupa ryżowa Sz

Składniki: woda, marchew, porcja rosółowa, ryż biały, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, kapusta włoska, natka pietruszki, ziele angielskie, sól biała, liść laurowy

Kotlet schabowy panierowany z ziemniakami Sz

Składniki: ziemniaki, wieprzowina schab surowy bez kości, mleko krowie, 2% tłuszczu, olej rzepakowy, bułka tarta (mąka pszenna, sól, drożdże), jaja kurze całe, mąka pszenna tortowa, masło ekstra (z mleka)

Surówka z selera Sz

Składniki: seler korzeniowy, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii), żurawina suszona (żurawina, sok jabłkowy, olej słonecznikowy), majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, gorczyca, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka jaj kurzych (7,0%))

Kompot owocowy SZ

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

Gruszka

Energia: 691 kcal	Białko: 33 g	Tłuszcze: 24.1 g	Węglowodany: 80.3 g
-------------------	--------------	------------------	---------------------

ZESPÓŁ SZKOLNO-PRZEDSZKOLNY
W BRZESKU

32-800 Brzesko, ul. Królowej Jadwigi 18
tel. 14 68 63 520; 14 68 63 530
NIP 869-19-91-686 REGON 369498698

-6-

INTENDENT SZKOLNY

Joanna Kotodziej

WICEDYREKTOR
mgr Edyta Grabarz