



PLACÓWKA:

SZKOŁA ASFALTOWA

DATA:

01 – 12.12.2025r.

OBIAD

Poniedziałek 01.12	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (zawiera: pszenicę, mleko, seler) 300ml Spaghetti z sosem bolońskim (zawiera: pszenicę) 250g, bukiet warzyw na parze (brokuł, kukurydza) 80g, woda z cytryną 200ml DESER – jabłko 1szt.	Poniedziałek 08.12	Zupa koperkowa z ryżem zabelana (zawiera: seler, mleko) 300ml Kotlet mielony wieprzowy (zawiera: pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki 150g, surówka z kapusty pekińskiej (zawiera: gorczycę) 80g woda z pomarańczą 200ml DESER – shake brzoskwiniowy (zawiera: mleko) 150ml
Wtorek 02.12	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami (zawiera: pszenicę, seler) 300ml Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 150g, ryż paraboliczny 150g, fasolka szparagowa z sezamem (zawiera: sezam) 80g, kompot wielowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml DESER – banan 1szt.	Wtorek 09.12	Zupa jarzynowa z dynią i ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę, mleko) 300ml Łazanki z białej i kiszonej kapusty z kiełbaską wieprzową (zawiera: pszenicę) 220g, surówka z buraczków 80g, kompot jabłkowy 200ml DESER – mandarynka 1szt.
Środa 03.12	Zupa pomidorowa z mini makaronem (zawiera: seler, pszenicę) 300ml Stripsy z mintaja i dorsza (zawiera: ryby, pszenicę) 80g, ziemniaki 150g, sałata z dipem czosnkowym (zawiera: mleko) 80g, kompot jabłkowy z miętą 200ml DESER – bułeczka katarzynka (zawiera: pszenicę, jaja)	Środa 10.12	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki (zawiera: jęczmień, seler) 300ml Ryba miruna w panierce (zawiera: ryby, pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki 150g, mini marchewki 80g, woda z cytryną 200ml DESER – banan 1szt.
Czwartek 04.12	Zupa grysikowa z natką pietruszki (zawiera: seler, pszenica) 300ml Kotlet schabowy (zawiera: jaja, pszenicę) 80g, ziemniaki 150g, surówka colesław (zawiera: mleko, jaja, gorczycę) 80g, woda z cytryną 200ml DESER – mandarynka 1szt.	Czwartek 11.12	Rosół z makronem (zawiera: seler, pszenicę) 300ml Potrawka z indyka (zawiera: pszenicę) 150g, kasza gryczana 150g, sałata lodowa z winogret i ziarnami słonecznika (zawiera: gorczycę) 80g, kompot śliwkowo - jabłkowy 200ml DESER – jabłko 1szt.
Piątek 05.12	Krem jarzynowy z soczewicą i grzankami (zawiera: seler, pszenicę, żyto) 300ml Ryż z jabłkami (zawiera: mleko) 220g, polewa jogurtowo-waniliowa (zawiera: mleko) 80ml, surówka z marchewki z pestkami dyni 80g, woda z pomarańczą 200ml Owoc – pierniczki własnego wypieku (zawiera: pszenicę, mleko, jaja) 1szt.	Piątek 12.12	Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami (zawiera: mleko, pszenicę, żyto, seler) 300ml Naleśniki z serem/konfiturą owocową (zawiera: mleko, pszenicę, jaja) 2szt., polewa jogurtowo – truskawkowa (zawiera: mleko) 60ml, surówka z marchewki z pestkami dyni 80g, woda z cytryną 200ml Owoc – snacki popcornowe naturalne 35g



PLACÓWKA:

SZKOŁA ASFALTOWA

DATA:

15– 23.12.2025r.

OBIAD

Poniedziałek 15.12	Zupa brokułowa z ziemniakami (zawiera: pszenicę, mleko, seler) 300ml Penne z sosem neapolitańskim z mozzarellą (zawiera: pszenicę, mleko) 220g, surówka z białej kapusty 80g, woda z cytryną 200ml DESER – mandarynka 1szt.	Poniedziałek 22.12	Zupa pomidorowa z ryżem (zawiera: seler, mleko) 300ml Gulasz z szynki wieprzowej (zawiera: pszenicę) 150g, ziemniaki 150g, surówka z kiszzonej kapusty 80g, kompot cytrusowy z miętą 200ml DESER – jabłko 1szt.
Wtorek 16.12	Rosół z zacierkami jajecznymi (zawiera: seler, pszenicę, jaja) 300ml Udka pieczone z kurczaka 1szt., ziemniaki 150g, mini marchewki na parze 80g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml DESER – jabłko 1szt.	Wtorek 23.12	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (zawiera: seler, mleko, pszenicę) 300ml Makaron z serem (zawiera: pszenicę, mleko) 220g, polewa jogurtowo – truskawkowa (zawiera: mleko) 80g, surówka z marchewki i jabłka 80g Kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml DESER – banan 1szt.
Środa 17.12	Zupa jarzynowa ze szpinakiem z ziemniakami (zawiera: seler, mleko, pszenicę) 300ml Kurczak po meksykańsku (zawiera: pszenicę) 150g, ryż paraboliczny 150g, kapusta pekińska z dresingiem cytrynowym 80g Kompot cytrusowy z melisą 200ml DESER – rogal maślany (zawiera: pszenicę, mleko) 1szt.	Środa 24.12	PRZERWA ŚWIĄTECZNA
Czwartek 18.12	Zupa grysikowa z natką pietruszki (zawiera: seler, pszenicę) 300ml Kluski ziemniaczane z mięsem (zawiera: gorczycę, soję) 5szt., sałatka szwedzka z ogórka kiszzonego z cebulką (zawiera: gorczycę) 80g Kompot cytrusowy z imbirem 200ml DESER – banan 1szt.	Czwartek 25.12	
Piątek 19.12	 Wigilijny barszcz czerwony z makaronem (zawiera: seler, pszenicę) 300ml Ryba pieczona (zawiera: rybę, pszenicę, jaja) w warzywach po grecku (zawiera: seler) 80/80g, ziemniaki 150g, wigilijny kompot z suszonych jabłek 200ml DESER – ciasto korzenne z orzechami włoskimi (zawiera: mleko, jaja, pszenicę, orzechy) ok. 50g 	Piątek 26.12	

Pogrubioną czcionką **oznaczono alergeny** zgodnie z *Rozporządzeniem 1169/2011*. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny. Podczas wydawania posiłków do wybranej surówki dostępne są dla dzieci ziarna tkj. (słonecznik, dynia i siemę lniane). Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

Opracowano przez: dietetyk Olę Będzińską

PLACÓWKA: SZKOŁA ASFALTOWA		DATA: 29 – 31.12.2025r.
DZIEŃ	OBIAD	
Poniedziałek 29.12	Żurek z jajkiem i ziemniakami (zawiera: seler, mleko, pszenicę, żyto) 300ml Pampuchy drożdżowe (zawiera: pszenicę, jaja) 3szt., polewa jogurtowo –porzeczkowa (zawiera: mleko) 80g, surówka z marchewki ze słonecznikiem 80g, woda z cytryną 200ml DESER – jabłko 1szt.	
Wtorek 30.12	Zupa cukiniowa z pomidorami i ziemniakami (zawiera: pszenicę, seler) 300ml Zapiekanka makaronowa z kurczakiem i warzywami (zawiera: pszenicę, mleko) 220g, surówka z białej kapusty 80g, woda z pomarańczą 200ml DESER – gruszka 1szt.	
Środa 31.12	Krem z białych warzyw z grzankami (zawiera: seler, mleko, pszenicę, żyto) 300ml Kotlet pożarski (zawiera: pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki 150g, marchewka z groszkiem (zawiera: pszenicę) 80g woda z cytryną 200ml DESER – Galaretki jogurtowo - truskawkowe (zawiera: mleko) 150g	