|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **OBIAD** | | **PODWIECZOREK** |
| poniedziałek | Krupnik jaglany z natką pietruszki na wywarze warzywnym 250ml  (09) | Makaron w sosie bolognese z mięsem wieprzowym, pomidorami i marchewką 270g  (01, 03)  Ogórek kiszony krojony 150g  Woda niegazowana 200ml | Jabłko |
| wtorek | Zupa kalafiorowa z ryżem i natką pietruszki na wywarze warzywnym 250ml  (09) | Szynka duszona w sosie własnym 120g  (01)  Kasza jęczmienna z oliwą 150g  (01)  Surówka z buraków z cebulką 150g  Woda niegazowana 200ml | Arbuz |
| środa | Kapuśniak z kapusty z ziemn., mięskiem i ziołami na w.mięs-war 250ml  (09) | Naleśniki tradycyjne smażone bez tłuszczu 210g  (01, 03, 07)  Twarożek z rodzynkami 60g  (07)  Surówka z jabłka i marchewki 150g  Woda niegazowana 200ml | Galaretka owocowy (100g) |
| czwartek | Krem brokułowo-szpinakowy na wywarze warzywnym 250ml  (09)  Grzanki 10g  (01) | Udziec z kurczaka w marynacie miodowo-musztardowej 120g  (10)  Puree ziemniaczane z masłem 150g  (07)  Fasolka szparagowa gotowana 150g  Woda niegazowana 200ml | Jabłko |
| piątek | Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze warzywnym 250ml  (09) | Risotto z marchewką, groszkiem i pieczoną polędwicą z mintaja 270g  (04)  Marchew z oliwą 150g  Woda niegazowana 200ml | Kisiel owocowy (100g) |

**JADŁOSPIS SZKOŁA 23-27.06.2025**

Posiłki przygotowuje i dostarcza: Waykiki Zawidzki Sp.j., ul. Narutowicza 119, 64-100 Leszno

Jadłospis opracowany przez: dietetyk Łukasz Zawidzki