F.H-U. ‘’JAR-MAR’’

Centrum Kształcenia „Wiedza dla Wszystkich’’

ul. Armii Polskiej 13; 74-300 Myślibórz

**Jadłospis**

**Można kupić**

**Poniedziałek 22.09.2025**

|  |
| --- |
| **Polędwiczki w sosie śmietanowym, ziemniak, surówka z czerwonej kapusty z ogórkiem konserwowym****Składniki;**Polędwiczka drobiowa, ziemniak, **śmietana 30%,** kapusta czerwona, **ogórek konserwowy**, cebula, nać pietruszki, sól, pieprz,  |

**Wtorek 23.09.2025**

|  |
| --- |
| **Makaron z kurczakiem i szpinakiem****Składniki:** **makaron pszenny**, szpinak, pierś z kurczaka, cebula, sól, pieprz,  |

**Środa 24.09.2025**

|  |
| --- |
| **Gołąbek w sosie pomidorowym****Ziemniaki****Składniki :**(woda, mięso mielone wieprzowe, ryż, kapusta biała**,** koncentrat pomidorowy, ziemniaki, sól, pieprz,) |

**Czwartek 18.09.2025**

|  |
| --- |
| **Mięso drobiowe podudzie lub pałka, ziemniak,** **Surówka marchew z jabłko** **Składniki:** (mięso z kurczaka podudzie/pałka, ziemniak, marchew, jabłko, **jogurt naturalny**, sól, pieprz, papryka słodka ) |

**Piątek 26.09.2025**

|  |
| --- |
|  **Placki ziemniaczane ze śmietaną** **Składniki:** (ziemniaki, **mąka pszenna,** , **jajko,** **śmietana 18%,** sól, pieprz ) |

Zastrzega się zmiany w jadłospisie. Wykaz alergenów w załączniku.

**Wykaz substancji i produktów powodujących alergie lub reakcje nietolerancji**

  1. Zboża zawierające gluten   9. Seler i produkty pochodne

  2. Skorupiaki i produkty pochodne   10. Gorczyca i produkty pochodne

  3. Jaja i produkty pochodne   11. Nasiona sezamu i produkty pochodne

  4. Ryby i produkty pochodne   12. Dwutlenek siarki

  5. Orzeszki ziemne (arachidowe)   13 Łubin

  6. Soja i produkty pochodne  14 Mięczaki

  7. Mleko i produkty pochodne

  8. Orzechy

 Jadłospis może ulec zmianie.