

**SKŁAD SUROWCOWY POTRAW – ZSP nr 26 ul. Cynamonowa****AKTUALIZACJA DO 31.12.2025r.**

Zupa pomidorowa z mini makaronem (składniki: woda, koncentrat pomidorowy 30% ekst., marchew, seler, pietruszka, makaron z pszenicy durum, mięso z kurczaka, cebula, czosnek, przyprawy)

Krem jarzynowy z soczewicą i grzankami (składniki: woda, kalafior, cebula, seler, pietruszka, ziemniaki, marchew, soczewica czerwona, mięso z kurczaka, chleb mieszany (mąka żytnia, woda, mąka pszenna, drożdże, sól), czosnek, olej rzepakowy, przyprawy)

Zupa koperkowa z ryżem zabelana (składniki: woda, marchew, seler, pietruszka, ryż biały, mięso z kurczaka, śmietana 12%tł. (zawiera: mleko), cebula, czosnek, koperek, przyprawy)

Wigilijny barszcz czerwony z makaronem (składniki: woda, buraki, marchew, seler, pietruszka, makaron z pszenicy durum, cebula, czosnek, zakwas buraczany (buraki, sól, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy), przyprawy)

Zupa cukiniowa z pomidorami i ziemniakami (składniki: woda, cukinia, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, mięso z kurczaka, przecier pomidorowy, cebula, czosnek, mąka pszenna, przyprawy)

Kurczak w sosie dyniowym (składniki: mięso z piersi kurczaka, mięso z uda kurczaka, dynia, marchew, cebula, mąka pszenna, woda, olej rzepakowy, przyprawy)

Łazanki z białej i kiszonej kapusty z kiełbaską wieprzową (składniki: makaron z pszenicy durum, kapusta biała, kapusta kiszona, kiełbasa wieprzowa (składniki: mięso wieprzowe 98%, woda, ekstrakty przypraw, biało wieprzowe, kultury bakterii, suszone owoce aceroli, sól, glukoza, przyprawy), cebula, marchew, olej rzepakowy, przyprawy)

Kurczak po meksykańsku (składniki: mięso z piersi kurczaka, mięso z ud kurczaka, przecier pomidorowy, papryka, kukurydza, fasola czerwona, koncentrat pomidorowy 30%ekst., czosnek, cebula, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy)

Kotlety z morszczuka (składniki: filet z ryby: morszczuk, mąka pszenna, jaja, bułka tarta (mąka pszenna, woda, drożdże, sól, cukier), olej rzepakowy, przyprawy)

Kotlety z morszczuka (składniki: filet z ryby: morszczuk, mąka pszenna, jaja, bułka tarta (mąka pszenna, woda, drożdże, sól, cukier), olej rzepakowy, przyprawy)

Zapiekanka makaronowa z kurczakiem i warzywami (składniki: makaron z mąki pszennej, mięso z piersi kurczaka, brokuł, marchew, fasolka szparagowa, pieczarki, kukurydza, ser gouda (zawiera: mleko), cebula, czosnek, olej rzepakowy, przyprawy)

Twarożek waniliowy (składniki: twaróg półtłusty (zawiera: mleko), mleko 2%tł., jogurt naturalny 2%tł. (zawiera: mleko), cukier waniliowy (cukier, wanilia mielona))

Serek ze szczypiorkiem (składniki: twaróg półtłusty (zawiera: mleko), mleko 2%tł., jogurt naturalny 2%tł. (zawiera: mleko), szczypiorek, przyprawy)

Bukiet warzyw na parze (brokuł, kukurydza) (składniki: brokuł, kukurydza, oliwa, przyprawy)

Surówka z kapusty pekińskiej (składniki: kapusta pekińska, marchew, olej rzepakowy, musztarda (woda, gorczyca, sól, cukier), sok z cytryny, natka pietruszki, przyprawy)

Surówka z białej kapusty (składniki: kapusta biała, marchew, natka pietruszki, oliwa, przyprawy)

Kapusta pekińska z dressingiem cytrynowym (składniki: kapusta pekińska, olej rzepakowy, sok z cytryny, przyprawy)

Woda z cytryną (składniki: woda, cytryna)

Woda z pomarańczą (składniki: woda, pomarańcze)

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 wymienione alergeny.

Opracowano przez: dietetyk Olę Będzińską i dietetyk Wioletę Jakubowską



Sałatka szwedzka z ogórka kiszzonego z cebulką (składniki: ogórek kiszony, cebula, musztarda stołowa (woda, **gorczyca**, sól, cukier), oliwa, koperek)

Wigilijny kompot z suszonych jabłek (składniki: woda, jabłka, goździki, cynamon, imbir, sok z cytryny)

Jogurt z musem truskawkowym (składniki: jogurt naturalny 2%tł. (zawiera: **mleko**), truskawki, cukier)

Pudding jaglany na mleku z musem malinowym (składniki: **mleko** 2%tł., kasza jaglana, maliny, woda, cukier)

Czoko-wiśnia (składniki: wiśnie, kakao, cukier)

Koktajl bananowy na mleku (składniki: **mleko** 2%tł., banan)

Pierniczki własnego wypieku (składniki: mąka **pszenna**, **jaja**, masło extra (zawiera: **mleko**), cukier, miód, kakao, soda oczyszczona, przyprawy)

Koktajl truskawkowy na jogurcie (składniki: jogurt naturalny 2%tł. (zawiera: **mleko**), truskawka)

Ciasto korzenne z orzechami włoskimi (składniki: mąka **pszenna**, **jaja**, **orzechy** włoskie, masło (zawiera: **mleko**), soda oczyszczona, cukier, cynamon, imbir, przyprawy)

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 wymienione alergeny.

Opracowano przez: dietetyk Olę Będzińską i dietetyk Wioletę Jakubowską