

# Jadłospis

07.06.2021 - 11.06.2021

VI LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE  
im. Janusza Korczaka  
41-214 Sosnowiec, ul. Zamenhafa 15  
tel. 32 291-87-02

## Poniedziałek

### Zupa grochowa z ziemniakami

kurczak, żeberko wędzone, włoszczyzna, groch, ziemniaki, zioła - przyprawy

**Spaghetti** – makaron spaghetti, łopatka wieprzowa, cebula, olej rzepakowy, zioła – przyprawy, pomidory z puszki, koncentrat pomidorowy, mąka tortowa

**Woda z cytryną i miodem**

Kcal	gram.
1046	400ml
B 37,7	
T 28,0	350g
W157,0	
	200ml

## Wtorek

### Krupnik

kurczak, włoszczyzna, kasza wiejska, zioła - przyprawy

**Bitki schabowe z sosem** – schab wieprzowy, cebula, olej rzepakowy, przyprawy

### Ziemniaki

**Ogórkowa sałatka z porem** – ogórki, por, marchewka, zioła

**Woda z cytryną i miodem**

Kcal	
1053	400ml
B 49,4	
T 29,2	100g
W140,8	250g
	100g
	200ml

## Środa

### Zupa koperkowa z ryżem

kurczak, włoszczyzna, koperek, śmietana, ryż, zioła - przyprawy

### Leczo + chleb

kiełbasa z szynki, cebula, papryka czerwona, cukinia, pieczarki, pomidory, olej rzepakowy mąka tortowa, zioła - przyprawy

**Woda z cytryną i miodem**

Kcal	
1113	400ml
B 44,2	
T 44,2	350g
W126,2	
	200ml

## Czwartek

### Rosół z makaronem

kurczak, łata wołowa, pietruszka, por, seler, marchew, makaron nitki, zioła

**Kotlet mielony drobiowy** – pierś z kurczaka, cebula, jajka, bułki kajzerki, bułka tarta, zioła – przyprawy, olej rzepakowy

### Ziemniaki

### Sałatka z buraków

**Woda z cytryną i miodem**

Kcal	
1065	400ml
B 38,2	
T 31,8	100g
W144,0	
	250g
	100g
	200ml

## Piątek

### Zupa kalafiorowa z zielonym groszkiem

kurczak, włoszczyzna, kalafior, ziemniaki, śmietana, przyprawy

### Naleśniki z truskawkami

mąka tortowa, jajka, mleko, olej rzepakowy, truskawki, cukier

**Woda z cytryną i miodem**

Kcal	
1070	400ml
B 24,2	2szt
T 37,6	
W128,1	200ml

Woda oraz herbata owocowa do obiadu słodzone są miodem naturalnym

Alergeny występujące w menu – są pogrubione i podkreślone

DYREKTOR  
VI Liceum Ogólnokształcącego  
im. J. Korczaka w Sosnowcu  
mgr Anna Policht