

JADŁOSPIS *szkoła*

16.12.2024r. - 20.12.2024r.

Informacja o alergenach przekazana jest w oparciu o Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25.10.2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności.

Oznaczenia alergenów występujących w posiłkach:

1 - Zboża zawierające gluten; 2 - Skorupiaki i produkty pochodne; 3 - Jaja i produkty pochodne; 4 - Ryby i produkty pochodne; 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe); 6 - Soja i produkty pochodne; 7 - Mleko i produkty pochodne; 8 - Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki; 13 – Łubin; 14 – Mięczaki

Przyprawy stosowane do przyrządzania potraw:

ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, zioła prowansalskie, papryka mielona, czosnek granulowany, sól o obniżonej zawartości sodu, pieprz, kurkuma, lubczyk, rozmaryn, estragon, tymianek, cebula w proszku, suszona skórka z cytryny.

Produkty z których przygotowywane są posiłki dla dzieci z dietą bezglutenową:

mąka ryżowa, ryż biały i brązowy, mąka kukurydziana, mąka ziemniaczana, kasza gryczana, kasza jaglana, makaron bezglutenowy, pieczywo bezglutenowe, masło, olej rzepakowy, mleko, kefir, jogurt naturalny, sery twarogowe, ser żółty, wędlina, mięso, ryby, jaja, warzywa, cukier, miód, galaretki, kisiel, budyń, soki owocowe, owoce, zioła, przyprawy.

Dieta lekkostrawna:

Przy diecie lekkostrawnej potrawy przygotowywane są na parze, w wodzie, duszone lub pieczone w folii. Produkty które występują w menu zamieniane są na artykuły które dzieci mogą spożywać przy ww. diecie.

	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
PONIEDZIAŁEK 16.12.2024r.	Pieczywo 150g, masło 20g, wędlina 80g, ogórek zielony 50g, pomidor 50g, powidła 30g, serek topiony 5g, herbata 200ml, kakao 200ml (1,7)	Zupa pomidorowa z ryżem 400g, ziemniaki z koperkiem 250g, jajko sadzone 2szt, fasolka szparagowa 100g, lemoniada 200ml (1,3,7,9,10)owoc	Pieczywo 150g, masło 20g, sałatka jarzynowa 130g, ser żółty 40g, papryka czerwona 35g, herbata 200ml, kawa inka 200ml (1,3,7,10)
WTOREK 17.12.2024r.	Pieczywo 150g, masło 20g, jajecznicza ze szczypiorkiem 140g, wędlina 40g, rzodkiewka 20g, pomidor 50g, herbata 200ml, zupa mleczna- płatki owsiane 250ml (1,3,7)	Zupa koperkowa 400g, ziemniaki z koperkiem 250g, karczek 120g, buraczki czerwone 100g, kompot owocowy 200ml (1,3,7,9,10)	Pieczywo 150g, masło 20g, kielbasa po węgiersku 80g, ogórek kiszony 45g, dżem 30g, herbata 200ml, mleko 200ml (1,7,10)
ŚRODA 18.12.2024r.	Pieczywo 150g, masło 20g, kiełbaski na gorąco 120g, ketchup 20g, miód 30g, ogórek zielony 50g, herbata 200ml, kawa inka 200ml (1,7,10)	Zalewajka z ziemniakami 400g, ryż z musem truskawkowym 300g, woda mineralna 200ml. (1,3,7,9,10)	Pieczywo 150g, masło 20g, paszтет drobiowy 100g, pomidor 50g, dżem 30g, rzodkiewka 20g, kakao 200ml, herbata 200ml (1,7,10)
CZWARTEK 19.12.2024r.	Pieczywo 150g, masło 20g, ser żółty 80g, wędlina 40g, ogórek kiszony 45g, papryka czerwona 35g, kakao 200ml, herbata (1,7)	Zupa grzybowa z makaronem 400g, ziemniaki z koperkiem 250g, ryba smażona 100g, kapusta z grochem 100g, kompot śliwkowy 200ml (1,3,7,9,10)	Pieczywo 150g, masło 20g, wędlina 80g, ogórek zielony 50g, dżem 30g, herbata 200ml, kawa inka 200ml (1,7,10)
PIĄTEK 20.12.2024r.	Pieczywo 150g, masło 20g, pasta z tuńczyka 80g, wędlina 80g, pomidor ze szczypiorkiem 55g, ogórek zielony 50g, miód 30g, herbata 200ml, kawa inka 200ml (1,3,4,7)	Fasolka po bretońsku 400g, bułka 2szt, woda mineralna 200ml, (1,3,7,9,10)owoc	