

JADŁOSPIS *szkoła*

20.01.2025r. - 24.01.2025r.

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 20.01.2025r.	Pieczywo 150g, masło 20g, wędlina 80g, ogórek zielony 50g, pomidor 50g, powidła 30g, herbata 200ml, kakao 200ml (1,3,4,7)	Zupa pomidorowa z ryżem 400g, makaron ze szpinakiem 300g, kompot owocowy 200ml (1,3,7,9,10)owoc	Pieczywo 150g, masło 20g, paszтет drobiowy 100 g, pomidor 50g ,miód 30g,kakao 200ml, herbata 200ml (1,7,10)
WTOREK 21.01.2025r.	Pieczywo 150g, masło 20g, jajecznicza ze szczypiorkiem 140g, wędlina 40, ogórek kiszony 45g, pomidor 50g, herbata 200ml, zupa mleczna- płatki owsiane 250ml (1,3,7)	Rosół z makaronem 400g, ziemniaki z koperkiem 250g, pieczeń z karczku 120g, buraczki czerwone 100g, kompot owocowy 200ml (1,3,7,9,10)	Pieczywo 150g, masło 20g kielbasa po węgiersku 80g, papryka czerwona 35g, rzodkiewka 20g, dżem 30g, herbata 200ml, mleko 200ml (1,7,10)
ŚRODA 22.01.2025r.	Pieczywo 150, masło 20g, kielbaski na gorąco 120g, ketchup 20g, miód 30g, papryka czerwona 35g, rzodkiewka 20g, serek topiony 50g, herbata 200ml, kawa inka 200ml (1,7,10)	Zalewajka z ziemniakami i jajkiem 400g, ryż z musem truskawkowym 300g, woda mineralna 200ml. (1,3,7,9,10)	Pieczywo 150g, masło 20g, sałatka jarzynowa 130g, ser żółty 40g, papryka czerwona 35g, herbata 200ml, kawa inka 200ml (1,3,7,10)
CZWARTEK 23.01.2025r.	Pieczywo 150, masło 20g, ser żółty 80g, wędlina 40g, ogórek zielony 45g, pomidor 50g, kakao 200ml, herbata (1,3,4,7)	Zupa grzybowa z makaronem 400g, ziemniaki z koperkiem 250g, podudzie pieczone 2szt, surówka z sałaty lodowej 100g, kompot owocowy 200ml (1,3,7,9,10)	Pieczywo 150g, masło 20g, wędlina 80g, ogórek kiszony 50g, rzodkiewka 20g, dżem 30g, herbata 200ml, kawa inka 200ml (1,7,10)
PIĄTEK 24.01.2025r.	Pieczywo 150, masło 20g, ser żółty 40g, wędlina 40g, pomidor ze szczypiorkiem 55g, ogórek kiszony 35g, miód 30g, herbata 200ml, kawa inka 200ml (1,3,4,7)	Krupnik z kaszy gryczanej 400g, ziemniaki z koperkiem 250g, jajo w sosie chrzanowym 150g Lemoniada 200ml (1,3,7,9,10)	