

# JADŁOSPIS SZKOŁA 10.02.2025R. -14.02.2025R.

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 jagłana, 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.

	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>
<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>10.02.2025r.</b>	Pieczywo 150g, masło 20g, wędlina 80g, ogórek zielony 50g, papryka czerwona 35g, sałata zielona, nutella 30g, herbata owocowa 200ml, kakao 200ml (1,3,7)	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g, spaghetti 300g, kompot owocowy 200ml, (1,3,7,9,10)owoc	Pieczywo 150g, masło 20g, ser żółty 40g, wędlina 40g, dżem 15g, papryka czerwona 35g, pomidor 50g, herbata 200ml, mleko 200ml (1,7)
<b>WTOREK</b> <b>11.02.2025r.</b>	Pieczywo 120g, masło 20g, wędlina 40g, jajecznicą z kiełbasą 140g, ogórek kiszony 45g, pomidor 50g, dżem 30g, bułka kajzerka 1szt, herbata 200ml, zupa mleczna – zacierka 250ml (1,3,7)	Zupa pomidorowa z makaronem 400g, ziemniaki z koperkiem 250g, mizeria 110g, stek z cebulką 100g, kompot owocowy 200ml (1,3,7,9,10)	Pieczywo 150g, masło 20g, fasolka po bretońsku 300g, ogórek zielony 50g, ser żółty 40g, rzodkiewka 20g, herbata 200ml, miód 15g, kawa inka 200ml (1,7,10)
<b>ŚRODA</b> <b>12.02.2025r.</b>	Pieczywo 150g, masło 20g, kiełbaski na gorąco 120g, ketchup 20g, dżem 30g, papryka żółta 35g, ogórek zielony 50g, herbata 200ml, kawa inka 200ml (1,7,10)	Krupnik z kaszą 400g, ziemniaki z koperkiem 250g, jajko sadzone 2szt, marchewka z groszkiem 100g, lemoniada 200ml (1,3,7,9,10)	Pieczywo 150g, masło 20g, wędlina 80g, pomidor 50g, ogórek kiszony 45g, jogurt pitny 1szt, powidła 15g, herbata 200ml, mleko 200ml (1,7)
<b>CZWARTEK</b> <b>13.02.2025r.</b>	Pieczywo 120g, masło 20g, pasztet z całego kurczaka 100g, ogórek kiszony 45g, pomidor 50g, bułka kajzerka 1szt, serek homogenizowany 1szt, herbata 200ml, kakao 200ml (1,7,10)	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g, potrawka drobiowa z ryżem 300g, 100g, woda mineralna 200ml, (1,3,7,9,10)owoc	Pieczywo 75g, masło 20g, pasta kielbasiana 80g, rzodkiewka 20g, pomidor 50g, powidła 30g, herbata 200ml, kawa inka 200ml (1,3,7,10)
<b>PIĄTEK</b> <b>14.02.2025r.</b>	Pieczywo 150g, masło 20g, pasta z tuńczyka 80g, wędlina 40g, ogórek zielony 50g, rzodkiewka 20g, nutella 30g, herbata 200ml, zupa mleczna – płatki kukurydziane 250ml (1,3,4,7)	Zupa grochowa z ziemniakami 400g, naleśniki z serem 300g, kompot owocowy 200ml (1,3,4,7,9,10)	