

JADŁOSPIS DLA SZKOŁY

DATA	OBIAD - I Danie	OBIAD - II Danie
Poniedziałek 18.11	Zupa grochowa (woda, groch ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, cebula, kielbasa wieprzowa (gorczyca), olej) z dodatkiem pieczywa (pszenica) 300g.	Kotlet z indyka z dodatkiem sera mozzarella 90g (filet z indyka, cebula, ser (mleko), jaja , mąka pszenna, majonez (jaja)), Ziemniaki 150g. Marchewka z groszkiem (mleko, pszenica) 150g Kompot wieloowocowy 150ml.
Wtorek 19.11	Zupa jarzynowa (woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, fasolka szparagowa, kalafior, brukselka) 300g.	Gulasz z kaczki (pszenica) 110g z ryżem basmati z warzywami po azjatycku (soja) 200g. <u>Mandarynka.</u> Kompot truskawkowy 150 ml.
Środa 20.11	Zupa pomidorowa (woda, kaczka, marchew, cebula, pietruszka, seler, por, koncentrat, śmietana (mleko) na kaczce z ryżem brązowym 300g.	Naleśniki z białym serem 3 szt. (pszenica, jaja, mleko) z polewą mango i podprażonymi orzechami pekan. <u>Jabłko.</u> Sok owocowo-warzywny 150g.
Czwartek 21.11	Barszcz ukraiński (woda, udko z indyka, ziemniaki, marchew, fasola, pietruszka, seler, buraczki, kapusta włoska, śmietana) 300g.	Schab pieczony 90g w sosie z żurawiną kasza bulgur (pszenica) 150g, surówka z kiszonych ogórków z cebulką, musztardą 150g. <u>Deserek roślinny (soja, kakao) 125g.</u> Kompot śliwkowy 150 ml.
Piątek 22.11	Zupa krem ze szparagami (woda, ziemniaki, szparagi, cebula, czosnek, pietruszka, seler, śmietanka 30% (mleko) 300g.	Miruna w płatkach kukurydzianych 90g (ryby, jaja) Ziemniaki puree 150g, Buraczki pieczone z ogórkiem, cebulką czerwoną, musztardą, miodem 150g. <u>Banan 1 szt.</u> Sok multiwitamina 150g.

Zastrzegamy sobie prawo zmian w jadłospisie z przyczyn losowych lub technologicznych. Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zaznaczono wg załącznika II Dziennika Urzędowego Unii Europejskiej L 304/43. W ZSP w kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny w podawanych potrawach. Szczegółowy wykaz składników w potrawach dostępny u dietetyka/intendenta.

Dzieci na dietach mają dostosowany jadłospis do indywidualnych potrzeb zdrowotnych.