

4283/2/2021

Poniedziałek 11.01.2021.

Śniadanie; Chleb żytni i graham, masło(1,7) parówka delikatesowa, ketchup łagodny. Herbata z cytryną/kakao(7)
II Śniadanie; Winogrono
Obiad; Zupa gulaszowa z ziemniakami , selerem i natką pietruszki.(7,9) Placki ziemniaczane z jogurtem naturalnym i cukrem trzcinowym Kompot z jabłek niskosłodzony.
Podwieczorek; Kawiorek z masłem i pomidorem ze szczypiorkiem.

Wtorek 12.01.2021.

Śniadanie; Chleb żytni i graham, masło(1,7) ser frosmak z warzywami, rzodkiewka.(7) Herbata z cytryną/kakao(7)
II Śniadanie; Mandarynka
Obiad; Zupa ryżowa z ryżem mieszanym, selerem i natką pietruszki.(9) Kotlet drobiowy, ziemniaki puree, surówka wielowarzywna.(7) Kompot wieloowocowy niskosłodzony.
Podwieczorek; Kisiel truskawkowy niskosłodzony.

Środa 13.01.2021.

Śniadanie; Chleb żytni i razowy, masło(1,7) szynka drobiowa, ser salami, ogórek zielony. Herbata z cytryną/kakao(7)
II Śniadanie; Banan
Obiad; Zupa krem z kalafiorów z ziemniakami, marchewką, pietruszką, selerem(6,9). Sos boloński z bazylią i pomidorami, makaron spaghetti. Kompot wiśniowy niskosłodzony
Podwieczorek; Kruche babeczki z owocami, herbata wieloowocowa.

Czwartek 14.01.2021.

Śniadanie; Bułka kajzerka, masło(1,7) dżem truskawkowy niskosłodzony.(7) Herbata z cytryną/kakao.(7)
II Śniadanie; Marchewka
Obiad; Zupa kalafiorowa z ziemniakami, selerem i natką pietruszki.(9) Kurczak pieczony , ziemniaki puree, mix sałat z sosem winegret. Kompot z owoców leśnych niskosłodzony.
Podwieczorek; Kaszka manna z sokiem owocowym.

Piątek 15.01.2021.

Śniadanie; Chleb żytni i graham masło(1,7), makrela w pomidorach. Herbata z cytryną/kakao(7)
II Śniadanie: Kiwi
Obiad; Zupa grochowa z ziemniakami, marchewką, pietruszką, selerem(6,9). Ryż na mleku z cukrem trzcinowym i cynamonem.(7) Kompot wiśniowy niskosłodzony.
Podwieczorek: Mufinki kakaowe (wypiek własny) herbata malinowa

Kucharka Intendent Dietetyk Dyrektor Konsultacja z przedstawicielem
nauczycieli

Gramatura : zupa (250 g), ziemniaki(200g), mięso(70 g), filet rybny (80g), mięso w warzywach (100g)
Kluski(150 g), pierogi (150 g), sos (40g), naleśniki/ racuchy (150 g), ryż (200 g) makaron (200) Kasza(200g),
jajko sadzone(10g), surówki(70 g), kompot (200g)

ALERGENÓW wg Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) Nr 1169/2011 w odniesieniu do składników obecnych w środkach żywności.

SUBSTANCJE ZAWIERAJĄCE ALERGENY:

1. Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, i produkty pochodne
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jajka i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy tj. migdały , orzechy laskowe, orzechy włoskie, nerkowce orzechy i produkty pochodne
9. Seler zwyczajny i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne

Wędliny mogą zawierać śladowe ilości alergenów 9,10,11 według oświadczenia producenta

