JADŁOSPIS P-4283/23/2024

**Poniedziałek 25.03.2024**

|  |
| --- |
| Śniadanie; Chleb żytni i ziarnisty, masło(1,7) polędwica sopocka, ketchup łagodny.  Herbata z cytryną/kakao.(7) |
| II Śniadanie; Jabłko |
| Obiad; Zupa pomidorowa z makaronem, marchewką, selerem i natką pietruszki.(7,9)    Placki ziemniaczane z jogurtem greckim i cukrem trzcinowym.(7)  Woda z sokiem pomarańczowym niskosłodzonym. |
| Podwieczorek; Kawiorek z masłem i pomidorem, herbata malinowa. |

**Wtorek 26.03.2024 Śniadanko wielkanocne**

|  |
| --- |
| Śniadanie; Chleb żytni i ziarnisty, masło(1,7) parówka cielęca, jajko gotowane, sałatka jarzynowa,(7)  Herbata z cytryną/kakao.(7) |
| II Śniadanie;Banan |
| Obiad; Rosół z makaronem, marchewką, selerem i natką pietruszki.(7,9)    Filet drobiowy grillowany w przyprawie curry, ziemniaki puree, surówka wielowarzywna.(7)  Woda z sokiem owoców leśnych niskosłodzonych. |
| Podwieczorek; Babka piaskowa.(wypiek własny) herbata żurawinowa |

**Środa 27.03.2024**

|  |
| --- |
| Śniadanie; Chleb żytni i graham masło(1,7) szynka drobiowa,ser gouda,pomidor,ogórek zielony, rukola.  Herbata z cytryna/kakao(7) |
| II Śniadanie; Kalarepa |
| Obiad; Zupa żurek z ziemniakami i kiełbasa, marchewką, pietruszką, selerem(6,9).  Jajko gotowane w sosie pomidorowym, makaron świderki.  Kompot z jabłek niskosłodzony. |
| Podwieczorek: Bukiet owoców( jabłko,banan,mandarynka,gruszka,kiwi,ananas) |

**Czwartek 28.03.2024**

|  |
| --- |
| Śniadanie; Chleb żytni i graham masło(1,7) dżem truskawkowy niskosłodzony.  Herbata z cytryna/kakao(7) |
| II Śniadanie; Pomarańcza |
| Obiad; Zupa ziemniaczana z czosnkiem niedźwiedzim , marchewką, pietruszką, selerem(6,9).  Sos myśliwsk(, kasza wiejska.  Kompot z wiśni niskosłodzony. |
| Podwieczorek: Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi.(7) |

**Piątek 29.03.2024**

|  |
| --- |
| Śniadanie; Chleb żytni i graham masło(1,7)makrela w pomidorach.  Herbata z cytryna/kakao(7) |
| II Śniadanie; Wafle orkiszowe |
| Obiad; Zupa fasolki szparagowej z ziemniakami, marchewką, pietruszką, selerem(6,9).  Kluski z serka homogenizowanego z masłem, surówka z marchwi z brzoskwinią.(7)  Kompot wieloowocowy niskosłodzony. |
| Podwieczorek: Mus owocowy bez cukru. |

Kucharka Intendent Dietetyk Dyrektor Konsultacja z przedstawicielem nauczycieli

\*woda do picia bez ograniczeń

\*z przyczyn niezależnych jadłospis może ulec zmianie.

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)

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)

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