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