

JADŁOSPIS 15.04 – 26.04.2024 r.

DZIEŃ	Rodzaj posiłku	Menu	Informacja dla alergików	Skład z wyłączeniem alergenów
Poniedziałek 15.04.2024	OBIAD	Barszcz biały i pieczywo mieszane. Placki ziemniaczane, sos pieczarkowy. Woda z cytryną i miodem. Porcja owoców.	3,7,9 1 1,3 1,7	<u>Barszcz biały</u> : woda, mięso wieprzowe, żeberka wędzone, jaja , kiełbasa, śmietana 30% , śmietana 18% , marchew, chrzan, musztarda, cebula, czosnek, pietruszka, seler , majeranek, kucharek, sól fita, pieprz ziołowy, pieprz czarny. <u>Pieczywo mieszane</u> : chleb zwykły – mąka pszenna , mąka żytnia , woda, sól, drożdże; chleb razowy – mąka razowa 2000 , mąka żytnia , zakwas naturalny, woda, sól; chleb słonecznikowy – mąka żytnia , mąka pszenna , woda, sól, zakwas naturalny, drożdże, ziarna słonecznika. <u>Placki ziemniaczane</u> : ziemniaki, mąka , jaja , olej, cebula, pieprz czarny mielony, pieprz ziołowy, sól fita. <u>Sos pieczarkowy</u> : woda, pieczarki, cebula, mąka , masło , śmietana 18% , śmietana 30% , olej, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, pieprz ziołowy, sól fita, kucharek naturalny. <u>Woda</u> , cytryna, miód. <u>Porcja owoców</u> .
Wtorek 16.04.2024	OBIAD	Zupa brokułowa z pieczywem mieszanym. Fasolka po bretońsku z pieczywem mieszanym. Woda z cytryną i miodem. Porcja owoców.	7,9 1 1	<u>Zupa brokułowa</u> : woda, kurczak, mięso wieprzowe, śmietana 18% , śmietana 30% , masło , ziemniaki, brokuł, marchew, pietruszka, seler , natka pietruszki, kucharek, pieprz czarny, pieprz ziołowy, sól fita. <u>Pieczywo mieszane</u> : chleb zwykły – mąka pszenna , mąka żytnia , woda, sól, drożdże; chleb razowy – mąka razowa 2000 , mąka żytnia , zakwas naturalny, woda, sól; chleb słonecznikowy – mąka żytnia , mąka pszenna , woda, sól, zakwas naturalny, drożdże, ziarna słonecznika. <u>Fasolka po bretońsku</u> : woda, groch, kiełbasa podwawelska, boczek wędzony, szynka b/k, koncentrat pomidorowy, majeranek, sól fita, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie, cukier, olej, pieprz ziołowy, papryka słodka, papryka ostra, kucharek naturalny, mąka . <u>Woda</u> , cytryna, miód. <u>Porcja owoców</u> .
Środa 17.04.2024	OBIAD	Kapuśniak z młodej kapusty z pieczywem mieszanym. Kotlet pożarski, kasza bulgur, pomidor ze szczypiorem. Woda z pomarańczą, goździkami i miodem. Porcja owoców.	1,9 1 1,3,7	<u>Kapuśniak z młodej kapusty</u> : woda, mięso wieprzowe, kiełbasa podwawelska, ziemniaki, kapusta świeża, marchew, cebula, pietruszka, seler , kucharek naturalny, koncentrat pomidorowy, pomidor bez skórki, pieprz czarny, pieprz ziołowy, liść laurowy, ziele angielskie, mąka , koper <u>Pieczywo mieszane</u> : chleb zwykły – mąka pszenna , mąka żytnia , woda, sól, drożdże; chleb razowy – mąka razowa 2000 , mąka żytnia , zakwas naturalny, woda, sól; chleb słonecznikowy – mąka żytnia , mąka pszenna , woda, sól, zakwas naturalny, drożdże, ziarna słonecznika. <u>Kotlet pożarski</u> : filet drobiowy, jaja , bułka tarta , majonez , ser żółty , olej, sól fita, pieprz czarny, pieprz ziołowy, olej, pieprz ziołowy, pieprz czarny, kucharek naturalny, <u>Kasza bulgur</u> , masło , woda, sól fita. <u>Pomidor ze szczypiorem</u> . <u>Woda</u> , pomarańcza, goździki i miód. <u>Porcja owoców</u> .
Czwartek 18.04.2024	OBDIA	Rosół drobiowy z makaronem. Potrawka z kurczaka, ziemniaki, surówka z buraczków na zimno. Herbata z cytryną i miodem. Porcja owoców.	1,9 1,7 1,7	<u>Rosół</u> : woda, mięso drobiowe, marchew, cebula, pietruszka, seler , natka pietruszki, por, kucharek, pieprz czarny ziarnisty, pieprz ziołowy, sól fita, liść laurowy, ziele angielskie, makaron nitki , olej. <u>Potrawka</u> : woda, mięso drobiowe, marchew, cebula, pietruszka, seler , śmietana 18% , śmietana 30% , masło , mąka , por, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, pieprz ziołowy, kucharek naturalny, sól fita. <u>Herbata</u> , cytryna i miód. <u>Porcja owoców</u> .

Piątek 19.04.2024	OBDIA	Zupa rybna z pieczywem mieszanym. Pierogi leniwe z musem jagodowym. Kompot z owocami.	4,7,9	<u>Zupa rybna:</u> filet miruna, marchew, seler, masło, pietruszka, cebula, ziemniaki, natka, por, kasza jęczmienna, papryka, ogórek kiszony, groszek mrożony zielony, pomidory całe, koncentrat pomidorowy, sól fita, pieprz ziołowy, pieprz czarny, papryka słodka, kucharek naturalny, liść lauowy, ziele angielskie, cytryna.
			1	<u>Pieczywo mieszane:</u> chleb zwykły – mąka pszenna, mąka żytnia, woda, sól, drożdże; chleb razowy – mąka razowa 2000, mąka żytnia, zakwas naturalny, woda, sól; chleb słonecznikowy – mąka żytnia, mąka pszenna, woda, sól, zakwas naturalny, drożdże, ziarna słonecznika.
			1,3,7	<u>Kluski leniwe:</u> ser biały, mąka, jajka, śmietanka 30%, cukier, owoce. <u>Mieszanka kompotowa.</u>
Poniedziałek 22.04.2024	OBIAD	Krupnik ryżowy z pieczywem mieszanym. Makaron kokardki, sos drobiowy z suszonymi pomidorami, ser żółty. Woda z cytryną i miodem. Porcja owoców.	9	<u>Krupnik:</u> woda, kurczak, mięso wieprzowe, ryż, marchew, cebula, seler, pietruszka, ziemniaki, natka pietruszki, kucharek naturalny, pieprz czarny, pieprz ziołowy, liść lauowy, ziele angielski, sól fita.
			1	<u>Pieczywo mieszane:</u> chleb zwykły – mąka pszenna, mąka żytnia, woda, sól, drożdże; chleb razowy – mąka razowa 2000, mąka żytnia, zakwas naturalny, woda, sól; chleb słonecznikowy – mąka żytnia, mąka pszenna, woda, sól, zakwas naturalny, drożdże, ziarna słonecznika.
			1,3	<u>Makaron kokardki,</u> woda, sól fita, olej.
			1,7	Sos drobiowy z pomidorami suszonymi: mięso drobiowe, pomidory suszone, cebula, papryka słodka, papryka ostra, bazylia, czosnek, czosnek granulowany, śmietana 30%, masło, sól fita, pieprz ziołowy, pieprz czarny, mąka, olej, ser żółty. <u>Woda, cytryna, miód. Porcja owoców.</u>
Wtorek 23.04.2024	OBIAD	Zupa koperkowa z pieczywem mieszanym. Bigos, ziemniaki z koperkiem. Herbata z cytryną i miodem. Porcja owoców.	7,9	<u>Zupa koperkowa:</u> woda, kurczak, mięso wieprzowe, śmietana 18%, śmietana 30%, masło, ziemniaki, koper, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, kucharek, pieprz czarny, pieprz ziołowy, sól, liść lauowy, ziele angielskie
			1	<u>Pieczywo mieszane:</u> chleb zwykły – mąka pszenna, mąka żytnia, woda, sól, drożdże; chleb razowy – mąka razowa 2000, mąka żytnia, zakwas naturalny, woda, sól; chleb słonecznikowy – mąka żytnia, mąka pszenna, woda, sól, zakwas naturalny, drożdże, ziarna słonecznika
			1	<u>Bigos:</u> kapusta kiszona, mięso wieprzowe, kiełbasa podwawelska, boczek wędzony, cebula, marchewka, pieprz ziołowy, pieprz czarny, liść lauowy, ziele angielskie, koncentrat pomidorowy, sól fita, cukier, olej, mąka, majeranek, kucharek naturalny, kminek. <u>Ziemniaki,</u> woda, sól fita, koper. <u>Herbata,</u> cytryna i miód. Porcja owoców.
Środa 24.04.2024	OBIAD	Zupa pieczarkowa z pieczywem mieszanym. Polędwiczki wieprzowe, sos grzybowy, kasza jęczmienna, ogórek świeży z koperkiem. Woda z pomarańczą, miodem i goździkami. Porcja owoców.	7,9	<u>Zupa pieczarkowa:</u> woda, ziemniaki, mięso drobiowe, mięso wieprzowe, masło, śmietana 18%, śmietana 30%, marchew, pieczarka, cebula, pietruszka, seler, natka pietruszki, kucharek naturalny, pieprz czarny, pieprz ziołowy, liść lauowy, ziele angielskie, sól fita.
			1	<u>Pieczywo mieszane:</u> chleb zwykły – mąka pszenna, mąka żytnia, woda, sól, drożdże; chleb razowy – mąka razowa 2000, mąka żytnia, zakwas naturalny, woda, sól; chleb słonecznikowy – mąka żytnia, mąka pszenna, woda, sól, zakwas naturalny, drożdże, ziarna słonecznika
			1,7	<u>Polędwiczki wieprzowe,</u> woda, sól fita, liść lauowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, pieprz czarny, kucharek naturalny.
			7	<u>Sos grzybowy:</u> woda, borowiki, cebula, mąka, masło, śmietana 18%, śmietana 30%, olej, liść lauowy, ziele angielskie, pieprz czarny, pieprz ziołowy, sól fita, kucharek naturalny. <u>Kasza jęczmienna,</u> woda, sól fita, masło, olej. <u>Ogórek świeży,</u> koper. <u>Woda,</u> pomarańcza, goździki i miód. Porcja owoców.

Czwartek 25.04.2024	OBIAD	Barszcz ukraiński z pieczywem mieszanym. Pieczeń rzymska, ziemniaki z koperkiem, sałata ze szczypiorem i śmietaną. Kompot z owocami.	7,9	<u>Barszcz ukraiński</u> : woda, ziemniaki, kurczak , mięso wieprzowe, marchew, cebula, kapusta, groch, buraki czerwone, pietruszka, seler, śmietana 18% , czosnek, natka pietruszki, kucharek naturalny, pieprz czarny, pieprz ziołowy, liść laurowy, ocet jabłkowy, ziele angielskie, sól fita, papryka ostra, papryka słodka, majeranek.
			1	<u>Pieczywo mieszane</u> : chleb zwykły – mąka pszenna, mąka żytnia , woda, sól, drożdże; chleb razowy – mąka razowa 2000, mąka żytnia , zakwas naturalny, woda, sól; chleb słonecznikowy – mąka żytnia, mąka pszenna , woda, sól, zakwas naturalny, drożdże, ziarna słonecznika
			1,3	<u>Pieczeń rzymska</u> : mięso, jaja, bułka tarta, bułka wrocławska, mąka ziemniaczana , cebula, sól fita, kucharek naturalny, przyprawa do wieprzowiny, pieprz czarny, pieprz ziołowy.
			7	<u>Ziemniaki</u> , woda, koper, sól fita. <u>Sałata</u> , szczypior, sól fita, śmietana 18% . <u>Kompot</u> : mieszanka kompotowa, miód, woda.
Piątek 26.04.2024	OBIAD	Zupa ogórkowa z pieczywem mieszanym. Paluszki rybne, ziemniaki z koperkiem, surówka z kapusty kiszonej. Kompot z owocami.	7,9	<u>Zupa ogórkowa</u> : woda, mięso drobiowe, mięso wieprzowe, masło, śmietana 18% , śmietanka 30% , marchew, ziemniaki, ogórek kiszony, cebula, pietruszka, seler , natka pietruszki, kucharek naturalny, pieprz czarny, pieprz ziołowy, sól fita, liść laurowy, ziele angielskie, cukier, kminek, czosnek granulowany.
			1	<u>Pieczywo mieszane</u> : chleb zwykły – mąka pszenna, mąka żytnia , woda, sól, drożdże; chleb razowy – mąka razowa 2000, mąka żytnia , zakwas naturalny, woda, sól; chleb słonecznikowy – mąka żytnia, mąka pszenna , woda, sól, zakwas naturalny, drożdże, ziarna słonecznika
			4	<u>Paluszki rybne panierowane</u> , sól fita, olej. <u>Ziemniaki</u> , woda, sól fita, koper. <u>Kapusta kiszona</u> , marchew, jabłko ,cebula, cukier, olej, pieprz ziołowy, pieprz czarny, sól fita, olej. <u>Kompot</u> : mieszanka kompotowa, miód, woda.

Tabela: Podstawowe alergeny pokarmowe. Produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zawarte w potrawach:

1- zboża zawierające gluten, 2 – skorupiaki, 3 – jaja, 4- ryby, 5 – orzeszki ziemne, 6 – soja, 7 – mleko i produkty pochodne, 8 – orzechy, 9 – seler, 10 – gorczyca, 11 – sezam, 12 – dwutlenek siarki i siarczyny, 13 – lubin, 14 – mięczaki.
Z przyczyn niezależnych od szkoły jadłospis może ulec zmianie.