

JADŁOSPIS

Poniedziałek 13.01.2025r.

Śniadanie: Zupa mleczna- kulki zbożowe, herbata cytrynowa. **Samodzielne kanapeczki:** pieczywo mieszane, masło śmietankowe, wędlina, ser żółty, sałata, rzodkiewka, ogórek szklarniowy (do wyboru).

Alergeny: 1,6,7,8,9

Obiad: Zupa kalafiorowa.

Spaghetti z sosem bolognese, wiórkami sera mozzarella.

Deser: banan.

Kompot z owoców mieszanych.

Alergeny: 1,3,6,7,8

Wtorek 14.01.2025r.

Śniadanie: Kawa Inka na mleku, herbata owocowa. **Samodzielne kanapeczki:** pieczywo mieszane, masło śmietankowe, twarożek z serka wiejskiego z rzodkiewką, szczypiorkiem, jajko w plastrach, wędlina drobiowa, roszponka, pomidor malinowy, papryka żółta (do wyboru).

Alergeny: 1,3,6,7,8,9

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami, zabieleny śmietaną.

Bitki schabowe w sosie cebulowym podane z kaszą gryczaną i ogórkiem konserwowym.

Deser: mandarynka.

Kompot śliwkowy.

Alergeny: 1,6,7,8,9

Środa 15.01.2025r.

Śniadanie: Kakao naturalne na mleku, herbata zimowa z cytryną, pomarańczą i goździkiem. **Samodzielne kanapeczki:** pieczywo mieszane, masło śmietankowe, wędlina, smalczyk z fasoli białej, miód naturalny, sałata strzępiasta, ogórek kwaszony, papryka czerwona (do wyboru).

Alergeny: 1,3,6,7,8,9

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem.

Nuggetsy z fileta drobiowego, ziemniaki, surówka coleslaw.

Deser: melon.

Do picia kompot z porzeczki czerwonej.

Alergeny: 1,3,6,7,8

Czwartek 16.01.2025r.

Śniadanie: Kasza manna na mleku z sokiem malinowym, napar z herbaty czarnej z dodatkiem limonki. **Samodzielne kanapeczki:** pieczywo mieszane, masło śmietankowe, wędlina, roszponka, pomidor cherry, rzodkiewka (do wyboru).

Alergeny: 1,6,7,8,9

Obiad: Zupa kapuśniak z majerankiem i kminkiem.

Kluski śląskie z kremowym sosem z pieczarek i buraczkami na ciepło.

Deser: biszkoptowe ciasteczko.

Kompot wiśniowy.

Alergeny: 1,3,6,7,8

Piątek 17.01.2025r.

Śniadanie: Mleko na ciepło, herbata z pomarańczy i pigwy. **Samodzielne kanapeczki:** pieczywo mieszane, masło śmietankowe, wędlina, plaster sera białego, sałata masłowa, kielki słonecznika, ogórek szklarniowy, papryka żółta (do wyboru).

Alergeny: 1,6,7,8,9

Obiad: Krem porowo- ziemniaczany z grzankami czosnkowymi.

Ryba Mintaj zapiekana z serem, ziemniaki tłuczone/ szczypiorek, surówka z marchewki.

Deser: jabłko.

Kompot wieloowocowy.

Alergeny: 1,3,4,6,7,8

Szkoła zastrzega sobie prawo do niewielkich modyfikacji w jadłospisie. Szczegółowe informacje dotyczące składu poszczególnych alergenów udostępniane są w szkole na tablicy jadłospisowej, stronie internetowej lub u intendenta placówki.

Wszelkiego rodzaju wędliny zgodnie z informacjami od producentów mogą zawierać śladowe ilości **glutenu, jaj, soi, gorczycy, sezamu. Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:** ziola prawansalskie, kminek, oregano suszone, bazylija suszona, pieprz, papryka słodka/ ostra mielona, ziele angielskie, majeranek, gałka muskatowa, imbir mielony, tymianek, cynamon mielony, ocet jabłkowy, liść laurowy, lubczyk suszony, pieprz biały, ziola dalmatyńskie



INFORMACJA O ALERGENACH POWODUJĄCYCH NIETOLERANCJE POKARMOWE ZGODNE Z ROZPORZĄDZENIEM PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011r. W SPRAWIE PRZEKAZYWANIA KONSUMENTOM INFORMACJI NA TEMAT ŻYWNOŚCI.

DROGI RODZICU (OPIEKUNIE) !

W naszej kuchni używane są produkty zawierające alergeny pokarmowe i produkty powodujące nietolerancje pokarmowe, w tym produkty zawierające „ ŚLADOWE ILOŚCI ALERGENÓW” lub „MOGAĆ ZAWIERAĆ ALERGENY” wymienione poniżej:

Alergen- każda substancja wywołująca reakcję alergiczną (uczuleniową).

W celu ułatwienia, dla każdego alergenu została przypisana cyfra porządkowa, która również została umieszczona w jadłospisie.

- 1. ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN,** tj. ŻYTO, PSZENICA, JĘCZMIEN, OWIES, ORKISZ I PRODUKTY POCHODNE *W postaci pieczywa pszennego, żytniego, graham, razowego, orkiszowego, mieszanego, kasza manna, kasza jęczmienna, makaronów, mąki, bułki tartej, kawy zbożowej, biszkoptów, innych produktów na bazie mąki (wypieków, zacierek, klusek lanych, naleśników, knedli, sosów) wędlin*
- 2. SKORUPIAKI** *BRAK*
- 3. JAJA I PRODUKTY POCHODNE** *Składnik kanapek, past, kotletów mięsnych, rybnych i jajecznych, dodatek do dań mącznych; klusek, kopytek, pyz, makaronów, zup; szpinakowa, żurek, szczawiowa*
- 4. RYBY I PRODUKTY POCHODNE** *Wchodzą w skład drugiego dania w formie filetów smażonych i gotowanych, kotletów oraz składnik past do śniadań*
- 5. ORZESZKI ZIEMNE I INNE** *Desery, forma przekąski*
- 6. SOJA I PRODUKTY POCHODNE** *Chleb razowy z soją, wędliny*
- 7. MLEKO I PRODUKTY POCHODNE ŁĄCZNIE Z LAKTOZĄ** *Składnik zup mlecznych i niektórych zup zabielenych, przygotowywanych z dodatkiem masła i śmietany, masło, sery białe , żółte– dodatek do kanapek, kefiry, maślanki, jogurty naturalne , budynie, wędliny*
- 8. SELER I PRODUKTY POCHODNE** *Seler jako korzeń i łodyga, składnik zup, surówek, wędlin*
- 9. GORCZYCA** *Musztarda, wędlina, produkty mięsne*
- 10. NASIONA SEZAMU** *Jako dodatek do surówek i posypka do chleba i bułek*
- 11. DWUTLENEK SIARKI** *Brak*
- 12. ŁUBIN** *Brak*
- 13. MIĘCZAKI** *Brak*

