

SZKOŁA PODSTAWOWA INFORMACJA O ZESTAWACH DZIENNYCH CZERWIEC 2024

|  |  |
| --- | --- |
| 3  PONIEDZIAŁEK | ZUPA WIELOWARZYWNA Z CZERWONĄ SOCZEWICĄ I ŚMIETANKĄ NA WYWARZE MIĘSNO WARZYWNYM 250ML 7,9  POTRAWKA DROBOWA Z MARCHEWKĄI ZIELONYM GROSZKIEM 150G 1A,7  RYŻ150G  OGÓREK KISZONY150G  KOMPOT 250ML  WEGE  ZUPA WIELOWARZYWNA Z CZERWONĄ SOCZEWICĄ I ŚMIETANKĄ NA WYWARZE JARSKIM 250ML 7,9  RYZ SMAŻONY Z JAJKIEM I WARZYWAMI 300G 3 |
| 4  WTOREK | ŻUREK Z ZIEMNIAKAMI I KIEŁBASĄ NA WYWARZE MIĘSNO WARZYWNYM 250ML 1A,7,9  KLOPSIKI WIEPRZOWE W SOSIE PIECZARKOWYM 100/80G 1A,3  KASZA WIEJSKA 150G 1C  BURACZKI150G  KOMPOT 250ML  WEGE  ŻUREK Z ZIEMNIAKAMI NA WYWARZE WARZYWNYM 250ML 1A,7,9  KASZOTTO Z WARZYWAMI 300G 1C |
| 5  ŚRODA | ZUPA GROCHOWA NA WYWARZE MIĘSNO WARZYWNYM 250ML 9  FILET Z PIERSI KURCZAKA W ZIOŁACH 100G  ZIEMNIAKI 150G  MIZERIA 150G 7  KOMPOT 250 ML  WEGE  ZUPA GROCHOWA NA WYWARZE WARZYWNYM 250ML 9  KOTLET Z KALAFIORA 100G 1A,3 |
| 6  CZWARTEK | ZUPA BROKUŁOWA NA WYWARZE MIĘSNO WARZYWNYM 250ML 9  MAKARON Z TWAROGIEM I POLEWA TRUSKAWKOWĄ 150/50/50 1A 3 7  JABŁKO  KOMPOT 250ML  WEGE  ZUPA BROKUŁOWA NA WYWARZE WARZYWNYM 250 ML 9  MAKARON Z TWAROGIEM J/W |
| 7  PIĄTEK | ROSÓL Z MAKARONEM I NATKA PIETRUSZKI 250ML 1A,3,9  KOTLET RYBNY W SOSIE A’LA GRECKIM 100/50G 1A,3,4,9  ZIEMNIAKI 150G  SUROWKA WIOSENNA Z KOPERKIEM 150G  KOMPOT 250ML  WEGE  BULION WARZYWNY Z MAKARONEM I NATKĄ PIETRUSZKI 250ML 1A,3,9  LOTLET RYBNY J/W |
| 10  PONIEDZIAŁEK | KRUPNIK Z NATKĄ PIETRUSZKI NA WYWARZE MIĘSNO WARZYWNYM 250ML 1C,9  SPAGHETTI A’LA BOLONESSE 300G 1A,3,9  MANDARYNKA  KOMPOT 250ML  WEGE  KRUPNIK Z NATKĄ PIETRUSZKI NA WYWARZE WARZYWNYM 250ML 1C,9  SPAGHETTI NAPOLI 300G 1A ,3,9 |
| 11  WTOREK | ZUPA OGÓRKOWA ZABIELANA NA WYWARZE MIĘSNO WARZYWNYM 250ML 7,9  SZTUKA MIĘSA DROBIOWEGO W SOSIE PIECZENIOWYM 100/50 1A  RYŻ 150G  SURÓWKA COLESŁAW 150G 3  KOMPOT 250ML  WEGE  ZUPA OGÓRKOWA ZABIELANA NA WYWARZE WARZYWNYM 250ML 7 9  KOTLET BROKUŁOWY 100G 1A 3 |
| 12  ŚRODA | ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM NA WYWARZE MIĘSNO WARZYWNYM 250ML7, 9  KOTLET MIELONY WIEPRZOWY 100G 1A,3  KASZA WIEJSKA 150G 1C  MARCHEWKA Z GROSZKIEM NA CIEPŁO 150G 1A 7  KOMPOT 250ML  WEGE  ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM NA WYWARZE WARZYWNYM 250ML 7,9  KROKIETY ZE SZPINAKIEM 2SZ 1A,3 ,7 |
| 13  CZWARTEK | KAPUŚNIAK Z MŁODEJ KAPUSTY NA WYWARZE MIĘSNO WARZYWNYM 250ML 9  PIEROGI Z MIĘSEM 5SZT 1A  BANAN  KOMPOT 250ML  WEGE  KAPUŚNIAK Z MŁODEJ KAPUSTY NA WYWARZE WARZYWNYM 250ML 9  PIEROGI Z PIECZARKAMI I ŻÓŁTYM SEREM 5SZT 1A 7 |
| 14  PIĄTEK | ROSÓŁ Z MAKARONEM I NATKĄ PIETRUSZKI 250ML 1A,3 9  NUGETSY RYBNE 100G 1A,3,4  ZIEMNIAKI 150G  SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY 150G  KOMPOT 250G  WEGE  BULION WARZYWNY Z MAKARONEM I NATKĄ PIETRUSZKI 250ML 1A,3,9  NUGETSY RYBNE J/W |
| 17  PONIEDZIAŁEK | ZUPA KALAFIOROWA NA WYWARZE MIĘSNO WARZYWNYM 250ML 9  GULASZ WIEPRZOWY 150G 1A  KASZA WIEJSKA 150G 1C  OGÓREK KISZONY 150G  KOMPOT 250ML  WEGE  ZUPA KALAFIOROWA NA WYWARZE WARZYWNYM 250ML 9  GULASZ Z CIECIORKI 150G |
| 18  WTOREK | ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM I ŚMIETANKĄ NA WYWARZE MIĘSNO WARZYWNYM 250ML 1A,3,7,9  KURCZE PIECZONE 100G  ZIEMNIAKI 150G  MIZERIA 150G 7  KOMPOT 250ML  WEGE  ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM I ŚMIETANKĄ NA WYWARZE WARZYWNYM 250ML 1A,3,7,9  LECZO WARZYWNE 150G 9 |
| 19  ŚRODA | BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI NA WYWARZE MIĘSNO WARZYWNYM 250ML 9  PULPETY WIEPRZOWE W SOSIE KOPERKOWYM 100/50G 1A,3  RYŻ 150G  MARCHEWKA Z JABŁKIEM 150G  KOMPOT 250ML  WEGE  BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI NA WYWARZE WARZYWNYM 250ML 9  RISOTTO Z CUKINIĄ I ZIELONYM GROSZKIEM 150G |
| 20  CZWARTEK | ZUPA JARZYNOWA ZABIELANA NA WYWARZE MIĘSNO WARZYWNYM 250ML 7,9  MAKARON Z TWAROGIEM I POLEWĄ JOGURTOWĄ 100/50/50 1A,3 ,7  JABŁKO  KOMPOT 250ML  WEGE  ZUPA JARZYNOWA ZABIELANA NAWYWARZE WARZYWNYM 250ML 7,9  MAKARON Z TWAROGIEM J/W |

Jadłospis może ulec zmianie w zależności od dostępności surowców. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości alergenów.

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji:

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne, z wyjątkiem: a) syropów glukozowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę (1); b) maltodekstryn na bazie pszenicy (1); c) syropów glukozowych na bazie jęczmienia;

2. Skorupiaki i produkty pochodne;

3. Jaja i produkty pochodne;

4. Ryby i produkty pochodne, z wyjątkiem: a) żelatyny rybnej stosowanej jako nośnik preparatów zawierających witaminy lub karotenoidy; b) żelatyny rybnej lub karuku stosowanych jako środki klarujące do piwa i wina;

5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;

6. Soja i produkty pochodne, z wyjątkiem: a) całkowicie rafinowanego oleju i tłuszczu sojowego (1); b) mieszaniny naturalnych tokoferoli (E306), naturalnego D-alfa-tokoferolu, naturalnego octanu D-alfatokoferolu, naturalnego bursztynianu D-alfa-tokoferolu pochodzenia sojowego; c) fitosteroli i estrów fitosteroli otrzymanych z olejów roślinnych pochodzenia sojowego; d) estru stanolu roślinnego produkowanego ze steroli olejów roślinnych pochodzenia sojowego;

7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), z wyjątkiem: a) serwatki wykorzystywanej do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego, b) laktitolu;

8. Orzechy, tj. migdały (Amygdaluscommunis L.), orzechy laskowe (Corylusavellana), orzechy włoskie (Juglansregia), orzechy nerkowca (Anacardiumoccidentale), orzeszki pekan (Caryaillinoinensis (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (Bertholletiaexcelsa), pistacje/orzechy pistacjowe (Pistaciavera), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (Macadamiaternifolia), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;

9. Seler i produkty pochodne;

10. Gorczyca i produkty pochodne;

11. Nasiona sezamu i produkty pochodne;

12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO 2 dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców;

13. Łubin i produkty pochodne;

14. Mięczaki i produkty pochodne.