

SZKOŁA PODSTAWOWA INFORMACJA O ZESTAWACH DZIENNYCH Październik 2024

|  |  |
| --- | --- |
| 1  WTOREK | ZUPA GROCHOWA NA WYWARZE MIESNO WARZYWNYM 250ML 9  PULPETY WIEPRZOWO-DROBIOWE W SOSIE KOPERKOWYM 100G 1A,3  RYŻ 150G  SURÓWKA Z BURACZKÓW I JABŁKA 150G  KOMPOT 250 ML  WEGE: ZUPA GROCHOWA NA WYWARZE WARZYWNYM, LECZO WARZYWNE 9 |
| 2  ŚRODA | BARSZCZ CZERWONY NA WYWARZE MIĘSNO-WARZYWNYM 250 ML 7 9  FILET Z KURCZAKA W ZIOŁACH W SOSIE PIECZENIOWYM 100/80 G 1 A  ZIEMNIAKI 150G  MARCHEWKA NA CIEPŁO 150G  KOMPOT 250ML  WEGE: BARSZCZ CZERWONY NA WYWARZE WARZYWNYM, KROKIETY Z PUECZARKAMI I SEREM 1A,3,7,9 |
| 3  CZWARTEK | ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM NA WYWARZE MIĘSNO-WARZYWNYM 250 ML 9  MAKARON Z TWAROGIEM I POLEWĄ JOGURTOWĄ Z TRUSKAWKAMI 150/100/50 G 1 A 3 7  OWOC  KOMPOT 250 ML  WEGE: ZUPA POMIDOROWA NA WYWARZE WARZYWNYM, J/W |
| 4  PIĄTEK | ROSÓŁ Z MAKARONEM I NATKI PIETRUSZKI NA WYWARZE MIĘSNO-WARZYWNYM 250 ML 1A 3 9  KOTLET RYBNY 100 G 1 A 3 4  ZIEMNIAKI Z WODY 150 G  SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY Z JABŁKIEM 150 G  KOMPOT 250 ML  WEGE: ROSÓŁ Z MAKARONEM NA WYWARZE WARZYWNYM, J/W 9 |
| 7  PONIEDZIAŁEK | ZUPA OGÓRKOWA NA WYWARZE MIĘSNO WARZYWNYM 250 ML 9  GULASZ WIEPRZOWY Z WARZYWAMI 150 G 1 A  MAKARON 150 G 1A 3  KOMPOT 250 ML  WEGE: ZUPA OGÓRKOWA NA WYWARZE WARZYWNYM, GULASZ Z CIECIORKI 9 |
| 8  WTOREK | ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM NA WYWARZE MIĘSNO-WARZYWNYM 250 ML 1A 3 7 9  KOTLET POŻARSKI Z MIĘSA DROBIOWEGO W SOSIE PIECZENIOWYM 100/80G 1A  RYŻ 150 G  OGÓREK KISZONY 150 G  KOMPOT 250 ML  WEGE: ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM NA WYWARZE WARZYWNYM, KROKIETY ZE SZPINAKIEM 1A,3,7,9 |
| 9  ŚRODA | ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI NA WYWARZE MIĘSNO-WARZYWNYM 250 ML 9  SZTUKA MIĘSA W SOSIE ZIOŁOWYM 100G/80G 1A  KASZA JĘCZMIENNA 150 G  BURACZKI 150 G  KOMPOT 250 ML  WEGE: ZUPA BROKUŁOWA NA WYWARZE WARZYWNYM, KOTLETY JAJECZNE 1A,3,9 |
| 10  CZWARTEK | ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM NA WYWARZE MIĘSNO-WARZYWNYM 250 ML 9  PIEROGI Z MIĘSEM 5 SZTUK 1 A  SURÓWKA Z BIAŁEJ Z KAPUSTY 150 G  KOMPOT 250 ML  WEGE: ZUPA POMIDOROWA NA WYWARZE WARZYWNYM, PIEROGI Z PIECZARKAMI 1A,9 |
| 11  PIĄTEK | ROSÓŁ Z MAKARONEM I NATKĄ PIETRUSZKI NA WYWARZE MIĘSNO-WARZYWNYM 250 ML 1 A 3 9  NUGETSY RYBNE 100 G 1 A 3 4  ZIEMNIAKI 150 G  SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY 150 G  KOMPOT 250 ML  WEGE: J/W, ROSÓŁ NA WYWARZE WARZYWNYM 1A 3 9 |
| 14  PONIEDZIAŁEK | ŻUREK Z ZIEMNIAKAMI I KIEŁBASKĄ NA WYWARZE MIĘSNO-WARZYWNYM 250 ML 1A 9  SPAGHETTI A`LA BOLOGNESE Z WARZYWAMI 300 G 1A 3  KOMPOT 250 ML  WEGE: ŻUREK Z ZIEMNIAKAMI NA WYWARZE WARZYWNYM, SPAGHETTI NAPOLI 1A,3,9 |
| 15  WTOREK | BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI NA WYWARZE MIĘSNO WARZYWNYM 250 ML 7 9  FILET Z PIERSI KURCZAKA W SOSIE PIECZENIOWYM 100/80 G  ZIEMNIAKI 150 G  SURÓWKA WIELOWARZYWNA 150 G  KOMPOT 250 ML  WEGE: BARSZCZ CZERWONY NA WYWARZE WARZYWNYM, NALEŚNIKI Z SEREM 1A,3,7,9 |
| 16  ŚRODA | ZUPA Z BIAŁYCH WARZYW NA WYWARZE MIĘSNO-WARZYWNYM 250 ML 9  PULPETY WIEPRZOWO-DROBIOWE W SOSIE KOPERKOWYM 100/80 G 1A 3  KASZA WIEJSKA 150 G 1 C  BURACZKI Z JABŁKIEM 150 G  KOMPOT 250 ML  WEGE: ZUPA Z BIAŁYCH WARZYW NA WYWARZE WARZYWNYM, KASZOTTO Z WARZYWAMI 1C,9 |
| 17  CZWARTEK | ZUPA Z ZIELONEGO GROSZKU Z ZIEMNIAKAMI NA WYWARZE MIĘSNO-WARZYWNYM 250 ML 7 9  MAKARON Z TWAROGIEM I POLEWĄ JOGURTOWĄ Z TRUSKAWKAMI 150G/100/50 1A 3 7  OWOC  KOMPOT 250 ML  WEGE: ZUPA Z ZIELONEGO GROSZKU Z ZIEMNIAKAMINA WYWARZE WARZYWNYM, J/W |
| 18  PIĄTEK | ROSÓŁ Z MAKARONEM I NATKĄ PIETRUSZKI NA WYWARZE MIĘSNO-WARZYWNYM 250G 1A 3 9  KOTLET RYBNY 100 G 1 A 3 4  ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPERKIEM 150 G  SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY 150  KOMPOT 250 ML  WEGE: ROSÓŁ NA WYWARZE WARZYWNYM, J/W1A,3,4,9 |
| 21  PONIEDZIAŁEK | KRUPNIK Z NATKĄ PIETRUSZKI NA WYWARZE MIĘSNO-WARZYWNYM 250 ML 1C 9  KURCZAK W SOSIE ŚMIETANOWYM Z WARZYWAMI I MAKARONEM 150 G/150 G 1A 3 7  KOMPOT 250 ML  WEGE: KRUPNIK NA WYWARZE WARZYWNYM, MAKARON Z WARZYWAMI W SOSIE ŚMIETANOWYM 1A,3,7,9 |
| 22  WTOREK | ZUPA OGÓRKOWA NA WYWARZE MIĘSNO-WARZYWNYM 250 ML 9  KOTLET MIELONY Z MIĘSA WIEPRZOWO-DROBIOWEGO Z DODATKIEM SERA W SOSIE MIĘSNYM 100 G/80 G 1A,3,7  KASZA JĘCZMIENNA 150 G 1C  SURÓWKA COLESŁAW 150 G 3 10  KOMPOT 250 ML  WEGE: ZUPA OGÓRKOWA NA WYWARZE WARZYWNYM, KALAFIOR Z CUKINIĄ W SOSIE CURRY 1A,7,9 |
| 23  ŚRODA | ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NA WYWARZE MIĘSO WARZYWNYM 250 ML 1A 3 9  KURCZĘ PIECZONE W SOSIE PIECZENIOWYM 100 G /80 G  RYŻ 150 G  MARCHEWKA Z GROSZKIEM NA CIEPŁO 150 G 1 A  KOMPOT 250 ML  WEGE: ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM NA WYWARZE WARZYWNYM, RYŻ SMAŻONY Z JAJKIEM I WARZYWAMI 1A,3,9 |
| 24  CZWARTEK | ZUPA Z BIAŁYCH WARZYW NA WYWARZE MIĘSNO-WARZYWNYM 250 ML 9  PIEROGI UKRAIŃSKIE 5 SZTUK 1A 7  OWOC  KOMPOT 250 ML  WEGE: ZUPA Z BIAŁYCH WARZYW NA WYWARZE WARZYWNYM, J/W 9 |
| 25  PIĄTEK | ROSÓŁ Z MAKARONEM I NATKĄ PIETRUSZKI 250 ML 1A 3 9  FILET RYBNY W PANIERCE 100 G 1 A 3 4  ZIEMNIAKI 150 G  SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY 150 G  KOMPOT 250 ML  WEGE: ROSÓŁ Z MAKARONEM NA WYWARZE WARZYWNYM, J/W |
| 28  PONIEDZIAŁEK | ZUPA WIELOWARZYWNA Z SOCZEWICY CZERWONEJ I ŚMIETANKĄ NA WYWARZE MIĘSNO-WARZYWNYM 250 ML 7,9  POTRAWKA Z KURCZAKA Z MARCHEWKĄ I GROSZKIEM 150 G 1A  RYŻ 150 G  KOMPOT 250 ML  WEGE: ZUPA WIELOWARZYWNA Z SOCZEWICY CZERWONEJ I ŚMIETANKĄ NA WYWARZE WARZYWNYM, RISOTTO Z ZIELONYM GROSZKIEM I CUKINIĄ 7,9 |
| 29  WTOREK | ŻUREK Z ZIEMNIAKAMI I KIEŁBASKĄ NA WYWARZE MIĘSNO-WARZYWNYM 250 ML 7,9  SZTUKA MIĘSA W SOSIE PIECZENIOWYM 100 G/80 G 1A  KASZA WIEJSKA 150 G 1C  OGÓREK KISZONY 150 G  KOMPOT 250 ML  WEGE: ŻUREK Z ZIEMNIAKAMI NA WYWARZE WARZYWNYM, KOTLET ZIEMNIACZANY Z PIECZARKĄ I SEREM Z SOSEM SEROWO-ŚMIETANOWYM 1A,3,7,9 |
| 30  ŚRODA | BARSZCZ CZERWONY NA WYWARZE MIĘSNO-WARZYWNYM 250 ML 9  GOŁĄBEK INACZEJ BEZ ZAWIJANIA W SOSIE POMIDOROWYM 100 G 1A 3  ZIEMNIAKI 150 G  SURÓWKA WIELOWARZYWNA 150 G  KOMPOT 250 ML  WEGE:BARSZCZ CZERWONY NA WYWARZE WARZYWNYM, KROKIETY ZE SZPINAKIEM I SEREM 1A,3,7,9 |
| 31  CZWARTEK | ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM NA WYWARZE MIĘSNO-WARZYWNYM 1A,3,7,9  ŁAZANKI Z KAPUSTĄ I MIĘSEM 300G 1A,3  OWOC  KOMPOT 250G  WEGE: ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM NA WYWARZE WARZYWNYM, ŁAZANKI Z KAPUSTĄ 1A,3,7,9 |

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.