** JADŁOSPIS**

**TYGODNIOWY**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Szkoła Podstawowa Nr. 19** | | |
| DZIEŃ | **ZUPA+ OWOC** | **DRUGIE DANIE** |
| **PON**  **22.04.**  **2024** | Krupnik z dwóch kasz ( jęczmienna , jaglana ) z natką pietruszki 250ml  Gruszka | Klopsiki z indyka z dodatkiem soczewicy w sosie koperkowym 90g/50g  Ziemniaki z masłem 180 g  Surówka z marchwi , jabłka , gruszki i ananasa z jogurtem greckim 80g  Kompot owocowy (jabłko, truskawka) (200 ml) |
| **WT**  **23.04.**  **2024** | Żurek na zakwasie z chrzanem , kiełbaską , jajkiem , ziemniakami i natką pietruszki 250ml  Herbatniki mini zoo bez cukru 50g | Łazanki z kapusty kiszonej , pieczarek i cebuli 250g  Herbata miętowa 200 ml |
| **ŚR**  **24.04.**  **2024** | Zupa grysikowa na rosołku z warzywami i natką pietruszki 250ml  Jabłko | Węgierski kociołek z łopatki wieprzowej z kolorową papryką i ogórkiem kiszonym 140 g  Kopytka ziemniaczane 180 g  Surówka z czerwonej kapusty i jabłka z olejem lnianym 80g  Sok owocowo-warzywny „eliksir elfów” 200 ml  ( jabłko , gruszka , burak , porzeczka czerwona ) |
| **CZW**  **25.04.**  **2024** | Zupa krem z brokułów z pszennymi grzaneczkami 250m  Mandarynka | Pieczeń z karczku w sosie własnym 90g/50g  Kasza gryczana na sypko  Sałatka z buraczków czerwonych i jabłek z olejem rzepakowym 80g  Kompot owocowy ( mieszanka kompotowa , gruszka ) 200 ml |
| **PT**  **26.04.**  **2024** | Zupa pomidorowa z makaronem gwiazdka i natką pietruszki , zabielana śmietaną 250ml  Soczek 100% naturalny 200 ml | Filet z miruny panierowany 90g  Ziemniaki z koperkiem 180 g  Surówka z kiszonej kapusty , marchwi i jabłka z oliwą z oliwek 80g  Kompot owocowy ( jabłka , śliwki ) 200ml |

|  |
| --- |
| **Alergeny występujące w posiłkach, zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011, wymieniono w załączniku jadłospisu na drugiej stronie.** |
| W kuchni używa się: **zboża zawierające gluten, seler, gorczycę, soję, mleko, jaja, ryby, orzechy, sezam.**  Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny.  Dyrektor zastrzega możliwość wprowadzenia zmian w jadłospisie. |

Sporządził: Zatwierdził: