**JADŁOSPIS ALERGENY 15.04.24 – 26.04.24**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Poniedziałek**  15.04.2024 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa koperkowa z jarzynami i ziemniakami, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - ziemniaki  - koper  - *śmietana ( mleko i przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **120**  **10**  **8** |
| **wieprzowina po meksykańsku z ryżem** | - mięso wieprzowe ( szynka kulka)  - kukurydza  - fasola czerwona  - papryka  - marchew  - pomidory  - cebula  - olej  *-* ryż | **80**  **8**  **10**  **15**  **20**  **25**  **10**  **3**  **60** |
|  |  |  |
|  |  |  |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
|  | **mus owocowy** | - jabłko, porzeczka, gruszka, morela | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Wtorek**  16.04.2024 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa jarzynowa z tartym ciastem, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - jarzyny mix  *- śmietana (przetwory mleczne 7\*) - tarte ciasto (jaja 3\*, gluten 1\*)* | **60**  **25**  **8**  **30** |
| **filet z kurczaka w panierce** | *-* filet z kurczaka  *- jajka 3\**  *- mąka pszenna gluten 1\*)*  *- bułka tarta (gluten 1\*)*  - olej | **80**  **8**  **10**  **15**  **8** |
| **ziemniaki purée** | - ziemniaki  - *masło ( przetwory mleczne 7\*)*  - koper | **240**  **2**  **3** |
| **mizeria z jogurtem naturalnym** | - ogórek zielony  *- jogurt naturalny (przetwory mleczne 7\*)*  *-* sok z cytryny do smaku | **110**  **7** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
|  | **banan** | - banan | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Środa**  17.04.2024 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa brokułowa z jarzynami i ziemniakami, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - brokuły  - ziemniakami  *- śmietana ( przetwory mleczne7\*)* | **60**  **25**  **120**  **8** |
| **gulasz wołowy w sosie paprykowym** | *-* pieczeń wołowa  *-* papryka  *-* cebula  *- mąka pszenna (gluten1\*)*  *-* olej  - koncentrat pomidorowy | **80**  **25**  **8**  **4**  **5**  **8** |
| **kopytka** | - ziemniaki  - *mąka pszenna (gluten 1\*)*  *- jaja 3\** | **130**  **55**  **14** |
| **surówka z kapusty czerwonej, jabłka i cebuli z oliwą** | *-* kapusta czerwona  *-* jabłko  - cebula  - oliwa z oliwek | **70**  **30**  **8**  **7** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **sok jabłkowy** | - jabłka | **200ml** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Czwartek**  18.04.2024 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa kalafiorowa z jarzynami i ryżem, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - kalafiorowa  *-* ryż  - *śmietana ( mleko i przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **25**  **25**  **8** |
| **sznycel** | *-* łopatka wieprzowa, szynka kulka zmielona  - *jaja kurze 3\**  - *czerstwa weka pszenna ( gluten 1\*)*  - cebula  - olej rzepakowy  - czosnek  *- bułka tarta ( gluten 1\*)* | **80**  **5**  **8**  **4**  **8**  **1**  **9** |
| **ziemniaki** | - ziemniaki  - *masło ( przetwory mleczne7\*)*  *-* koper | **240**  **2**  **3** |
| **buraczki na ciepło** | - buraki czerwone  - *śmietana (przetwory mleczne 7\*)*  sok z cytryny do smaku | **110**  **6** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier | **50**  **5** |
|  | **klementynka** | - klementynka | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Piątek**  19.04.2024 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **barszcz ukraiński z jarzynami i ziemniakami, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - buraki czerwone  - ziemniaki  *- śmietana ( przetwory mleczne 7\*)*  *- makaron pszenny (gluten 1\*)*  *-* fasola  *-* sok cytrynowy do smaku | **60**  **70**  **75**  **8**  **20**  **8** |
| **makaron z serem białym polany masłem posypany cukrem** | *- makaron ( gluten 1\*, jaja3\*)*  *- ser biały (przetwory mleczne 7\*)*  *- masło ( przetwory mleczne 7\*)*  - cukier | **60**  **55**  **5**  **8** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska,  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
| **mus owocowy** | - mus owocowy | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Poniedziałek**  22.04.2024 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa krem z dyni z jarzynami i grzankami, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - dynia  - pietruszka korzeń  - natka pietruszki  - czosnek  - cebula  - *masło (przetwory mleczne 7\*)*  *- pomarańcza*  - *grzanki (gluten 1\*, jaja 3\*)*  - *śmietana ( przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **140**  **15**  **4**  **1**  **7**  **3**  **20**  **10**  **8** |
| **potrawka drobiowa z kaszą jęczmienną** | - filet z kurczaka, udziec z kurczaka, filet z indyka  - marchew  - *seler korzenny, seler naciowy 9*\*  - por  - cebula  *- śmietana ( przetwory mleczne 7\*)*  *- kasza jęczmienna ( gluten 1\*)* | **90**  **30**  **20**  **8**  **6**  **6**  **70**  **55** |
| **ogórek kiszony** | - ogórek kiszony | **70-80g** |
|  |  |  |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, liście lubczyku, imbir | **2**  **2** |
| **sok jabłkowo-gruszkowy** | - jabłka, gruszki | **200ml** |
|  | **kiwi** | - kiwi | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Wtorek**  23.04.2024 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa selerowa z jarzynami i ryżem, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - *seler korzenny, seler naciowy 9\**  *-* ryż  *- śmietana (przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **25**  **25**  **8** |
| **zrazy w sosie własnym** | *-* mięso mielone ( wołowo – wieprzowe )  - *jaja kurze 3\**  - *czerstwa weka pszenna ( gluten 1\*)*  - cebula  - olej rzepakowy  - czosnek  *- bułka tarta ( gluten 1\*)*  *- śmietana ( przetwory mleczne 7\*)*  *-* mąka ziemniaczana | **80**  **5**  **8**  **4**  **8**  **1**  **9**  **6**  **6** |
| **ziemniaki purée** | - ziemniaki  - *masło ( przetwory mleczne 7\*)*  - koper | **240**  **1,5**  **3** |
| **surówka z marchewki i jabłka z jogurtem naturalnym** | -marchewka  *-* jabłko  - *jogurt naturalny (przetwory mleczne 7\*)* | **85**  **30**  **8** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Środa**  24.04.2024 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **żurek z jarzynami i ziemniakami, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - zakwas  - *kiełbasa podwawelska ( soja ^\*, seler 9\*)*  *- śmietana (przetwory mleczne 7\*)*  - ziemniaki | **60**  **18**  **30**  **8**  **130** |
| **pierogi z jabłkami** | *- mąka pszenna ( gluten 1\*)*  *-* jabłka  - *jajka 3\**  *-* cukier  - *masło (przetwory mleczne 7\*)*  *-* woda | **65**  **70**  **8**  **4**  **3** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól,  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
| **deser mleczny** | **-** deser mleczny (*orzechy 8\*,* *przetwory mleczne 7\*)* | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Czwartek**  25.04.2024 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa pomidorowa z jarzynami i makaronem pszennym, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - koncentrat pomidorowy  - *makaron pszenny (jaja 3\*, gluten 1\*)*  *- śmietana (przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **18**  **25**  **8** |
| **nóżka z pieca** | *-* pałeczki z kurczaka  *-* papryka czerwona  - olej | **80**  **10**  **4** |
| **ziemniaki purée** | - ziemniaki  - *masło ( przetwory mleczne 7\*)*  - koper | **240**  **2**  **3** |
| **surówka z sałaty lodowej, ogórka zielonego i koperku z jogurtem naturalnym** | - sałata lodowa  - ogórek zielony  - koper  - *jogurt naturalny (przetwory mleczne 7\*)* | **85**  **30**  **10**  **6** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól,  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **sok jabłkowy** | - jabłka | **200ml** |
|  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Piątek**  26.04.2024 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa ogórkowa z jarzynami i ryżem, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  *-* ogórek kiszony  - ryż  - *śmietana ( mleko i przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **25**  **25**  **8** |
| **ryba w panierce** | *- miruna 4\**  *- jaja3\**  *- mąka pszenna ( gluten1\*)*  *- bułka tarta ( gluten1\*)*  *-* olej | **80**  **8**  **10**  **15**  **8** |
| **ziemniaki purée** | - ziemniaki  - *masło ( przetwory mleczne 7\*)*  - koper | **240**  **2**  **3** |
| **surówka z kapusty kiszonej, cebuli i jabłka z oliwą** | - kapusta kiszona  - jabłko  - marchew  - cebula  - oliwa | **70**  **30**  **20**  **8**  **7** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
|  | **mus owocowy** | - mus owocowy | **1szt** |

W związku z obowiązkiem stosowania m.in. przez placówki szkolne - Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011,

które mówi o obowiązku przekazywania konsumentom informacji na temat obecnych w serwowanej żywności składników lub innych substancji mogących powodować alergie nietolerancji, zamieszczamy do ogólnego zapoznania się wyciąg z w/w rozporządzenia, tj "WYKAZ ALERGENÓW W ŻYWNOŚCI.”

ALERGENY W ŻYWNOŚCI

**1. GLUTEN** tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne;

**2. Skorupiaki** i produkty pochodne;

**3. Jaja** i produkty pochodne;

**4. Ryby** i produkty pochodne;

**5. Orzeszki ziemne (**arachidowe) i produkty pochodne;

**6. Soja** i produkty pochodne;

**7. Mleko** i produkty pochodne, (łącznie z laktozą );

**8. Orzechy,** tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia a także produkty pochodne

**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

**13. Łubin** i produkty pochodne;

**14. Mięczaki** i produkty pochodne.