

Jadłospis dla Szkoły Podstawowej Im. Orła Białego w Raszówce

Data	Obiad	Wykaz składników	gramatura	alergeny
Poniedziałek 10.01.2022	Żurek z jajkiem na wywarze drobiowym zabieleny z natką pietruszki.	Kurczak tuszka, żur w butelce, jaja, śmietana, warzywa korzenne, przyprawy,	300ml	Śmietana z mleka, seler,
	Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem, polewa jogurtowa, kompot z czarnej porzeczki, marchew do chrupania.	Ryż biały, tłuszcz roślinny, jabłka jogurt naturalny, cynamon,	160g 60g 250ml 100g	
Wtorek 11.01.2022	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej na wywarze mięsny z natką pietruszki.	Łopátka wieprzowa, kasza krupnik, warzywa korzenne, przyprawy,	300ml	Seler, jęczmień pszeniczny,
	Kotlet mielony z mięsa wieprzowego, ziemniaki z koprem zielonym, surówka z selera i rodzynek z jogurtem naturalnym, lemonada miodowo-cytrynowa.	Łopátka wieprzowa, przyprawy, bułka tarta, jaja, olej rzepakowy, rodzyнки suszone, jogurt naturalny, cytryna miód wielokwiatowy, cytryna,	110g 200g 130g 250ml	Jaja kurcze, jogurt z mleka, seler, gluten pszeniczny,
Środa 12.01.2022	Barszcz ukraiński z fasolą białą na wywarze drobiowym zabieleny.	Kurczak tuszka, buraczki czerwone, śmietana, fasola sucha, przyprawy, warzywa korzenne,	300ml	Seler, śmietana z mleka,
	Makaron penne ze szpinakiem, kurczakiem i serem feta, deser-owoc, herbata owocowa.	Makaron, szpinak mrożony, ser solankowy, śmietana, filet z kurczaka, tłuszcz roślinny,	240g 100g 250ml	Gluten pszeniczny, serwatka z mleka, śmietana z mleka,
Czwartek 13.01.2022	Zupa pieczarkowa na wywarze drobiowym zabieleny.	Kurczak tuszka, warzywa korzenne, przyprawy, śmietana, pieczarki,	300ml	Śmietana z mleka, seler,
	Gulasz wieprzowy, ziemniaki z koprem zielonym, surówka z ogórka kiszzonego z porą, kompot owocowy.	Łopátka wieprzowa, przyprawy, warzywa korzenne, tłuszcz roślinny, olej rzepakowy, ogórek kiszony, por,	80g+60g 200g 130g 250ml	Seler,
Piątek 14.01.2022	Zupa rybna z morszczuka w pomidorach.	Morszczuk, warzywa korzenne, tłuszcz roślinny, przyprawy, pomidory w puszcze,	300ml	Seler,
	Pierogi leniwe z okrasą bułki tartej i masła, marchewka z ananasem, herbata miętowa.	Mąka pszenna, jaja kurcze, bułka tarta, masło, ser biały, ananas, cytryna, olej rzepakowy,	240g 130g 250ml	Gluten pszeniczny, jaja kurcze, serwatka z mleka,
Jadłospis sporządzony zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 24 czerwca 2015 roku i po zmianie z dnia 26 lipca 2016.				