

Jadłospis dla Szkoły Podstawowej Im. Orła Białego w Raszówce

Data	Obiad	Wykaz składników	gramatura	alergeny
Poniedziałek 14.03.2022	Zupa pieczarkowa na wywarze drobiowym zabelana z natką pietruszki.	Kurczak tuszka, warzywa korzenne, przyprawy, pieczarki, śmietana,	300ml	Seler, śmietana z mleka,
	Spaghetti bolognese ze świeżą bazylią, deser-owoc, kompot owocowy.	Makaron, tłuszcz roślinny, przyprawy, łopatką wieprzowa, koncentrat pomidorowy, zioła doniczkowe,	200g 100g 250ml	Gluten pszenny,
Wtorek 15.03.2022	Zupa z soczewicy czerwonej na wywarze drobiowym z natką pietruszki.	Kurczak tuszka, soczewica czerwona, warzywa korzenne, przyprawy,	300ml	Seler,
	Kotlet szarpany z kurczaka, ziemniaki z koperkiem, surówka z kapusty pekińskiej i kukurydzy, herbatka miętowa.	Filet z kurczaka, przyprawy, majonez, jaja, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy, jogurt naturalny, kukurydza konserwowa,	110g 150g 120g 250ml	Jaja kurze, jogurt z mleka,
Środa 16.03.2022	Barszcz ukraiński na wywarze drobiowym zabelany.	Kurczak tuszka, buraki, fasola biała, śmietana, warzywa korzenne, przyprawy,	300ml	Seler, śmietana z mleka,
	Ryż zapiekany z jabłkiem, sos jogurtowy, marchewka do chrupania, lemoniada miodowo-cytrynowa.	Ryż biały, tłuszcz roślinny, jabłka, jogurt naturalny,	200g 100g 250ml	Jogurt z mleka,
Czwartek 17.03.2022	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty na wywarze drobiowym.	Kurczak tuszka, warzywa korzenne, śmietana, przyprawy, kapusta biała,	300ml	Seler, śmietana z mleka.
	Pulpety wieprzowe w sosie własnym z warzywami, kasza gryczana na sypko, surówka z selera z orzechami włoskim i jogurtem naturalnym kompot owocowy.	Łopatką wieprzowa, jaja, przyprawy, mleko, bułka tarta, olej rzepakowy, tłuszcz roślinny, koncentrat pomidorowy, orzechy włoskie,	110+60g 80g 120g 250ml	Mleko, jogurt z mleka, orzechy włoskie.
Piątek 18.03.2022	Zupa wiosenna na wywarze drobiowym zabelana.	Kurczak tuszka, kalafior, brokuł, groszek konserwowy, śmietana, przyprawy, warzywa korzenne,	300ml	Seler, śmietana z mleka.
	Paluszki rybne z morskiczka, ziemniaki z koperkiem, surówka z kapusty kiszzonej, herbatka owocowa.	Mąka pszenna, ryba, przyprawy, olej rzepakowy,	110g 150g 130g 250ml	Gluten pszenny, jaja kurze,
Jadłospis sporządzony zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 24 czerwca 2015 roku i po zmianie z dnia 26 lipca 2016.				