

Jadłospis dla Szkoły Podstawowej Im. Orła Białego w Raszówce

Data	Obiad	Wykaz składników	gramatura	alergeny
Poniedziałek 16.05.2022	Zupa z fasolki szparagowej na wywarze drobiowym z natką pietruszki zabelana	Kurczak tuszka, fasolka szparagowa mrożona, warzywa korzenne, przyprawy, śmietana.	300ml	Śmietana z mleka, seler,
	Spaghetti bolognese z warzywami, deser-jabłko, kompot owocowy.	Makaron, koncentrat pomidorowy, mięso wieprzowe, warzywa korzenne, przyprawy	200g 100g 250g	Gluten pszeniczny,
Wtorek 17.05.2022	Zupa ryżanka na wywarze drobiowym z natką pietruszki.	Kurczak tuszka, ryż biały, warzywa korzenne, przyprawy,	300ml	Seler,
	Udka z kurczaka, ziemniaki z koperkiem, surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i jogurtem, herbatka miętowa.	Udka, olej rzepakowy, przyprawy, kapusta pekińska, jogurt naturalny, kukurydza konserwowa.	150g 150g 120g 250ml	Jogurt z mleka.
Środa 18.05.2022	Zupa szczawiowa z jajkiem na wywarze drobiowym z natką pietruszki zabelana	Kurczak tuszka warzywa korzenne, przyprawy, nać pietruszki, śmietana, szczaw konserwowy.	300ml	Seler, Jaja kurze.
	Łazanki z kapusty słodkiej z mięsem wieprzowym, marchew do chrupania, kompot owocowy.	Makaron, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, mięso wieprzowe, przyprawy, warzywa korzenne,	200g 100ml 250ml	Seler, gluten pszeniczny.
Czwartek 19.05.2022	Zupa fasolowa na wywarze mięsnym z majerankiem i natką pietruszki.	Mięso wieprzowe, fasola sucha, przyprawy, warzywa korzenne,	300ml	Seler,
	Kotlet jajeczny, ziemniaki z koperkiem, sałata lodowa w sosie jogurtowo-cytrynowym, kompot owocowy.	Jaja, mleko, bułka tarta, olej rzepakowy, przyprawy, zieleń, jogurt naturalny,	110g 120g 250ml	Jaja kurze, gluten pszeniczny,
Piątek 20.05.2022	Zupa rybna z morskich w pomidorach.	Ryba morskich, pomidory w puszcze, warzywa korzenne, przyprawy.	300ml	Ryba, seler,
	Ryż waniliowy zapiekany z jabłkiem i cynamonem, polewa jogurtowa, warzywo do chrupania, herbatka owocowa.	Ryż biały, tłuszcz roślinny, jabłko, jogurt naturalny, wanilia w laskach.	200g 60g 100g 250ml	Jogurt z mleka.
Jadłospis sporządzony zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 24 czerwca 2015 roku i po zmianie z dnia 26 lipca 2016.				