

Jadłospis dla Szkoły Podstawowej Im. Orła Białego w Raszówce

Data	Obiad	Wykaz składników	gramatura	alergeny
Poniedziałek 21.03.2022	Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze drobiowym zabelana z natką pietruszki.	Kurczak tuszka, warzywa korzenne, przyprawy, koncentrat pomidorowy, śmietana, ryż biały.	300ml	Seler, śmietana z mleka,
	Jajko sadzone, ziemniaki, sałata lodowa w sosie koperkowo-cytrynowo- jogurtowym, kompot truskawkowy.	Jaja, olej rzepakowy, przyprawy, jogurt naturalny, koper zielony, cytryna,	2szt 150g 120g 250ml	Jogurt z mleka,
Wtorek 22.03.2022	Zupa grochowa na wywarze mięsnym z majerankiem.	Łopatka wieprzowa, groch łuskany, warzywa korzenne, przyprawy,	300ml	Seler,
	Makaron penne ze szpinakiem, kurczakiem i serem feta, deser-owoc, herbatka owocowa.	Makaron, szpinak mrożony, ser, tłuszcz roślinny, przyprawy, filet z kurczaka,	200g 100g 250ml	Jaja kurze, jogurt z mleka,
Środa 23.03.2022	Rosół drobiowy na kurczaku zagrodowym z makaronem.	Warzywa korzenne, kurczak zagrodowy, przyprawy, makaron,	300ml	Seler, gluten pszenny,
	Potrawka z kurczaka, ziemniaki z koprem zielonym, marchewka z groszkiem na ciepło, kompot z czarnej porzeczki.	Mięso z kurczaka, tłuszcz roślinny, przyprawy, mąka pszenna, zielenina, śmietana, groszek mrożony, warzywa korzenne,	160g 150g 120g 250ml	Gluten pszenny, śmietana z mleka,
Czwartek 24.03.2022	Żurek z jajkiem na wywarze drobiowym z natką pietruszki.	Kurczak tuszka, warzywa korzenne, śmietana, przyprawy, żur, jaja,	300ml	Seler, śmietana z mleka.
	Bigos z kapusty mieszanej z mięsem wieprzowym, pieczywo, herbatka miętowa z cytryną.	Kapusta biała, kapusta kiszona, mięso wieprzowe, koncentrat pomidorowy, przyprawy, warzywa korzenne,	200g 50g 250ml	Seler,
Piątek 25.03.2022	Zupa rybna z morszczuka w pomidorach.	Morszczuk mrożony, pomidory w puszcze, warzywa korzenne, przyprawy,	300ml	Seler,
	Naleśniki z serem białym i marmoladą wieloowocową, deser- kalarepka do chrupania kompot truskawkowy.	Mąka pszenna, mleko, ser biały, jaja, olej rzepakowy, marmolada,	200g 100g 250ml	Gluten pszenny, jaja kurze, mleko, serwatka z mleka,
Jadłospis sporządzony zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 24 czerwca 2015 roku i po zmianie z dnia 26 lipca 2016.				