

Jadłospis dla Szkoły Podstawowej Im. Orła Białego w Raszówce

Data	Obiad	Wykaz składników	gramatura	alergeny
Poniedziałek 19.09.2022	Zupa z kalafiorowa na wywarze drobiowym z natką pietruszki zabieleną	Indyk, kalafior, 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	300g 100g 250g	Gluten pszeniczny,
Wtorek 20.09.2022	Zupa ogórkowa zabieleną na wywarze drobiowym z natką pietruszki.	Indyk, ogórki kiszane, warzywa korzenne, śmietana, przyprawy,	300ml	Seler,
	Udko z kurczaka, ziemniaki z koprem, surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i jogurtem, herbatka miętowa.	Udko, olej rzepakowy, przyprawy, kapusta pekińska, jogurt naturalny, kukurydza konserwowa.	150g 200g 120g 250ml	Jogurt z mleka.
Środa 21.09.2022	Zupa koperkowa z ziemniakami na wywarze drobiowym zabieleną.	Indyk, warzywa korzenne, przyprawy, koper zielony, śmietana,	300ml	Seler,
	Łazanki z kapusty słodkiej z mięsem wieprzowym, rzodkiew biała do chrupania, kompot owocowy.	Makaron, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, mięso wieprzowe, przyprawy, warzywa korzenne,	300g 100ml 250ml	Seler, gluten pszeniczny.
Czwartek 22.09.2022	Barszcz czerwony na wywarze mięsny z majerankiem i natką pietruszki.	Mięso wieprzowe, burak czerwony, 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 kurcze, gluten pszeniczny,
Piątek 23.09.2022	Zupa rybna z morskich w pomidorach.	Ryba morską, pomidory w puszcze, warzywa korzenne, przyprawy.	300ml	Ryba, seler,
	Ryż waniliowy zapiekany z jabłkiem i cynamonem, polewa jogurtowa, papryka w słupkach do chrupania, herbatka owocowa.	Ryż biały, tłuszcz roślinny, jabłko, jogurt naturalny, wanilia w laskach.	300g 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.

Jadłospis może ulec zmianie.