



JADŁOSPIS

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD
Poniedziałek 05.10.2020	Pieczyno mieszane: chleb pszenno ¹ - żytni ¹ , chleb IG (zawiera pszenicę ¹ , żyto ¹ , owies ¹), chleb orkiszowy ¹ (zawiera pszenicę ¹ , żyto ¹ , jęczmień ¹ , owies ¹ , soję ⁶ , sezam ¹¹) z masłem (z mleka ⁷), pastą z tuńczyka ⁴ i jajka ³ , kawa zbożowa (zawiera żyto ¹ , jęczmień ¹) na mleku ⁷ 2%, herbata z miodem i cytryną	Potrąka z kurczaka (zawiera pszenicę ¹ , mleko ⁷ , seler ⁹), ryż mieszany (Parboiled, brązowy), kompot owocowy
Wtorek 06.10.2020	Pieczyno mieszane: chleb pszenno ¹ - żytni ¹ , chleb IG (zawiera pszenicę ¹ , żyto ¹ , owies ¹), chleb orkiszowy ¹ (zawiera pszenicę ¹ , żyto ¹ , jęczmień ¹ , owies ¹ , soję ⁶ , sezam ¹¹) z masłem (z mleka ⁷), szynką wieprzową i świeżym ogórkiem, kakao (zawiera mleko ⁷ 2%), herbata z miodem i cytryną	Zupa buraczana na wywarze mięsno-warzywnym (zawiera pszenicę ¹ , żyto ¹ , mleko ⁷ , seler ⁹), chleb IG (zawiera pszenicę ¹ , żyto ¹ , owies ¹), świeża marchew
Środa 07.10.2020	Kasza manna (z pszenicy ¹) na mleku ⁷ 2% z dżemem wiśniowym, bułka pszenna ¹ z masłem (z mleka ⁷), herbata z miodem i cytryną	Kotlet mielony (zawiera pszenica ¹ , jaja ³ , seler ⁹ , gorczyca ¹⁰), ziemniaki, kalafior z masłem (z mleka ⁷) i bułką tartą (z pszenicy ¹), kompot owocowy
Czwartek 08.10.2020	Bułka pszenna ¹ z masłem (z mleka ⁷) i kolorowym twarożkiem (z mleka ⁷) paprykowym, kawa zbożowa (zawiera żyto ¹ , jęczmień ¹) na mleku ⁷ 2%, herbata z miodem i cytryną	Kapuśniak ze świeżej kapusty na wywarze mięsno-warzywnym (zawiera seler ⁹ , gorczyca ¹⁰), chleb pszenno ¹ - żytni ¹ , jabłko
Piątek 09.10.2020	Pieczyno mieszane: chleb pszenno ¹ - żytni ¹ , chleb IG (zawiera pszenicę ¹ , żyto ¹ , owies ¹), chleb orkiszowy ¹ (zawiera pszenicę ¹ , żyto ¹ , jęczmień ¹ , owies ¹ , soję ⁶ , sezam ¹¹) z masłem (z mleka ⁷), jajecznicą (z jaj ³), kakao (zawiera mleko ⁷ 2%), herbata z miodem i cytryną	Makaron (z pszenicy ¹) z serem (z mleka ⁷), kompot owocowy

Poniedziałek 12.10.2020	Płatki kukurydziane (zawiera jęczmień ¹) na mleku ⁷ 2%, bułka pszenna ¹ z masłem (z mleka ⁷), herbata z miodem i cytryną	Gulasz mięsny (zawiera pszenicę ¹ , mleko ⁷ , seler ⁹ , gorczycę ¹⁰), kasza jęczmienna ¹ , surówka z kapusty kiszonej, marchewki i jabłka, kompot owocowy
Wtorek 13.10.2020	Pieczywo mieszane: chleb pszenno ¹ - żytni ¹ , chleb IG (zawiera pszenicę ¹ , żyto ¹ , owies ¹), chleb orkiszowy ¹ (zawiera pszenicę ¹ , żyto ¹ , jęczmień ¹ , owies ¹ , soję ⁶ , sezam ¹¹) z masłem (z mleka ⁷), serem mozzarella (z mleka ⁷), pomidorem i świeżym szczypiorkiem, kawa zbożowa (zawiera żyto ¹ , jęczmień ¹) na mleku ⁷ 2%, herbata z miodem i cytryną	Zupa ogórkowa na wywarze mięsno-warzywnym (zawiera pszenicę ¹ , mleko ⁷ , seler ⁹), chleb orkiszowy ¹ (zawiera pszenicę ¹ , żyto ¹ , jęczmień ¹ , owies ¹ , soję ⁶ , sezam ¹¹), świeża papryka
Środa 14.10.2020	Pieczywo mieszane: chleb pszenno ¹ - żytni ¹ , chleb IG (zawiera pszenicę ¹ , żyto ¹ , owies ¹), chleb orkiszowy ¹ (zawiera pszenicę ¹ , żyto ¹ , jęczmień ¹ , owies ¹ , soję ⁶ , sezam ¹¹) z masłem (z mleka ⁷), jajkiem ³ , rzodkiewką i kiszonym ogórkiem, kakao (zawiera mleko ⁷ 2%), herbata z miodem i cytryną	Kotlet jajeczny ³ (zawiera pszenicę ¹), ziemniaki, tarta marchew, kompot owocowy
Czwartek 15.10.2020	Pieczywo mieszane: chleb pszenno ¹ - żytni ¹ , chleb IG (zawiera pszenicę ¹ , żyto ¹ , owies ¹), chleb orkiszowy ¹ (zawiera pszenicę ¹ , żyto ¹ , jęczmień ¹ , owies ¹ , soję ⁶ , sezam ¹¹) z masłem (z mleka ⁷), wędliną drobiową i papryką mieszaną, kawa zbożowa (zawiera żyto ¹ , jęczmień ¹) na mleku ⁷ 2%, herbata z miodem i cytryną	Zupa kalafiorowa na wywarze mięsno-warzywnym (zawiera mleko ⁷ , seler ⁹), pieczywo mieszane: chleb pszenno ¹ - żytni ¹ , chleb IG (zawiera pszenicę ¹ , żyto ¹ , owies ¹), chleb orkiszowy ¹ (zawiera pszenicę ¹ , żyto ¹ , jęczmień ¹ , owies ¹ , soję ⁶ , sezam ¹¹), banan
Piątek 16.10.2020	Bułka pszenna ¹ z masłem (z mleka ⁷), serem żółtym (z mleka ⁷) i zieloną sałatką, kakao (zawiera mleko ⁷ 2%), herbata z miodem i cytryną	Dorsz ⁴ duszony (zawiera seler ⁹ , gorczycę ¹⁰), ziemniaki, marchewka duszona z groszkiem (zawiera pszenicę ¹ , mleko ⁷), kompot owocowy

Alergeny: 1-gluten, 3-jaja, 4-ryby, 6- nasiona soi, 7-mleko, 9-seler, 10-gorczyca, 11- nasiona sezamu

Dla alergików zamiennie po uzgodnieniu:

Mleko 2% świeże / Napój **sojowy**⁶ z wapniem

Dżem truskawkowy / dżem wiśniowy, malinowy, z owocami leśnymi

Herbata z miodem i cytryną / herbata z miodem

Kompot owocowy bez truskawek

Makaron (z **pszenicy**¹) z serem (z **mleka**⁷) / Makaron (z **pszenicy**¹) z dżemem

W potrawach przyrządzanych przez stołówkę szkolną uwzględniono także eliminację śmietany (zawiera **mleko**⁷) oraz innych produktów przygotowywanych na bazie mleka