

JADŁOSPIS



Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek 16.11.2020	Bułka pszenna ¹ z masłem (z mleka ⁷) i dżemem owocowym, kakao (zawiera mleko ⁷ 2%), herbata z miodem i cytryną	Makaron spaghetti mieszany (z pszenicy ¹) z sosem pomidorowym i mięsem (zawiera pszenicę ¹ , seler ⁹), kompot owocowy	Bułka półstodka z czarną porzeczką (zawiera pszenicę ¹ , mleko ⁷)
Wtorek 17.11.2020	Płatki kukurydziane (zawiera jęczmień ¹) na mleku ⁷ 2%, bułka pszenna ¹ z masłem (z mleka ⁷), herbata z miodem i cytryną	Krupnik z kaszą jęczmienną ¹ na wywarze mięsno-warzywnym (zawiera seler ⁹), chleb pszenno ¹ - żytni ¹	Bułka parka (zawiera pszenicę ¹ , mleko ⁷)
Środa 18.11.2020	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) i szynką wieprzową, kakao (zawiera mleko ⁷ 2%), herbata z miodem i cytryną	Kotlet z fileta kurczaka (zawiera pszenicę ¹ , jaja ³ , seler ⁹ , gorczycę ¹⁰), ziemniaki, surówka z marchewki tartej i jabłka, kompot owocowy	Banan
Czwartek 19.11.2020	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), pomidorem i jajkiem ³ , 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 IG (zawiera pszenicę ¹ , żyto ¹ , owies ¹)	Bułka półstodka z serem (zawiera pszenicę ¹ , mleko ⁷)
Piątek 20.11.2020	Bułka pszenna ¹ z masłem (z mleka ⁷), pasta z białego sera (zawiera mleko ⁷ 2%), kakao (zawiera mleko ⁷ 2%), herbata z miodem i cytryną	Kluski śląskie kraszone (zawiera pszenicę ¹ , jaja ³) kompot owocowy	Rogalik z nadzieniem owocowym (zawiera pszenicę ¹ , mleko ⁷)

Poniedziałek 23.11.2020	Ciasto półslodkie(zawiera pszenicę¹ , mleko⁷), kawa zbożowa (zawiera żyto¹ , jęczmień¹) na mleku⁷ 2%, herbata z miodem i cytryną	Filet z kurczaka w gyrosie (zawiera seler⁹ , gorczycę¹⁰), ryż Parboiled, kalafior z wody, kompot owocowy	Bułka półslodka z jabłkiem (zawiera pszenicę¹ , mleko⁷)
Wtorek 24.11.2020	Pieczyno mieszane: chleb pszenno¹-żytni¹ , chleb IG (zawiera pszenicę¹ , żyto¹ , owies¹), chleb orkiszowy¹ (zawiera pszenicę¹ , żyto¹ , jęczmień¹ , owies¹ , soję⁶ , sezam¹¹) z masłem (z mleka⁷), jajecznica (z jaj³), kakao (zawiera mleko⁷ 2%), herbata z miodem i cytryną	Zupa grochowa na wywarze mięsno-warzywnym (zawiera pszenicę¹ , seler⁹ , gorczycę¹⁰) z makaronem (z pszenicy¹ , jaj³)	Jogurt naturalny 200g (zawiera mleko⁷)
Środa 25.11.2020	Bułka pszenna¹ z masłem (z mleka⁷), wędliną drobiową i rzodkiewką, kawa zbożowa (zawiera żyto¹ , jęczmień¹) na mleku⁷ 2%, herbata z miodem i cytryną	Łazanki z kapustą kiszoną i mięsem (zawiera pszenicę¹ , seler⁹ , gorczycę¹⁰), kompot owocowy	Banan
Czwartek 26.11.2020	Pieczyno mieszane: chleb pszenno¹-żytni¹ , chleb IG (zawiera pszenicę¹ , żyto¹ , owies¹), chleb orkiszowy¹ (zawiera pszenicę¹ , żyto¹ , jęczmień¹ , owies¹ , soję⁶ , sezam¹¹) z masłem (z mleka⁷), serem żółtym (z mleka⁷) i zieloną sałatką, kakao (zawiera mleko⁷ 2%), herbata z miodem i cytryną	Zalewajka (zawiera żyto¹ , mleko⁷) z kruchą kielbasą, chleb pszenno¹-żytni¹ , świeża marchew	Bułka półslodka z czarną porzeczką (zawiera pszenicę¹ , mleko⁷)
Piątek 27.11.2020	Kasza manna (z pszenicy¹) na mleku⁷ 2% z dżemem owocowym, bułka pszenna¹ z masłem (z mleka⁷), herbata z miodem i cytryną	Kotlet rybny⁴ (zawiera pszenicę¹ , jaja³ , seler⁹), ziemniaki, surówka z ogórka kiszzonego i świeżej papryki mieszanej, kompot owocowy	Bułka parka (zawiera pszenicę¹ , mleko⁷)

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

Dla dzieci z alergią zamiennie po uzgodnieniu:

Mleko⁷ 2% świeże / Napój **sojowy⁶** z wapniem

Dżem truskawkowy / dżem wiśniowy, malinowy, z owocami leśnymi

Herbata z miodem i cytryną / herbata z miodem

Kompot owocowy bez truskawek

Makaron (z **pszenicy¹**) z serem (z **mleka⁷**) / Makaron (z **pszenicy¹**) z dżemem

W potrawach przyrządzanych przez stołówkę szkolną uwzględniono także eliminację śmietany (zawiera **mleko⁷**) oraz innych produktów przygotowywanych na bazie **mleka⁷**