

# JADŁOSPIS



*Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie*

| DATA                       | ŚNIADANIE                                                                                                                                 | OBIAD                                                                                                               | PODWIECZOREK                                                    |
|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| Poniedziałek<br>30.01.2023 | Bułka pszenna z masłem i pastą ze słonecznika z pomidorami,<br>kakao na mleku 2%, herbata z miodem i cytryną<br>Alergeny: 1, 7            | Racuchy z owocami, kompot owocowy<br>Alergeny: 1, 3, 7                                                              | Papryka świeża i rzodkiewka<br>do chrupania                     |
| Wtorek<br>31.01.2023       | Chleb pszenno-żytni masłem, wędliną drobiową i świeżą papryką,<br>kawa zbożowa na mleku 2%, herbata z miodem i cytryną<br>Alergeny: 1, 7  | Zupa jarzynowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami,<br>chleb IG<br>Alergeny: 1, 7, 9                          | Mandarynka                                                      |
| Środa<br>01.02.2023        | Bułka pszenna z masłem i dżemem owocowym,<br>kakao na mleku 2%, herbata z miodem i cytryną<br>Alergeny: 1, 7                              | Pulpety w sosie koperkowym, ziemniaki, surówka z marchewki i jabłka,<br>kompot owocowy<br>Alergeny: 1, 3, 7, 9, 10  | Wafle ryżowe naturalne 15g,<br>kalarepa do chrupania            |
| Czwartek<br>02.02.2023     | Chleb pszenno-żytni z masłem, jajecznica/pasta bakłażanowa*,<br>kawa zbożowa na mleku 2%, herbata z miodem i cytryną<br>Alergeny: 1, 3, 7 | Zupa pomidorowa na wywarze mięsno-warzywnym z ryżem,<br>chleb orkiszowy<br>Alergeny: 1, 6, 7, 9, 11                 | Jabłko/mandarynka*,<br>papryka świeża do chrupania              |
| Piątek<br>03.02.2023       | Płatki kukurydziane na mleku 2%/napoju sojowym*,<br>bułka pszenna z masłem, herbata z miodem i cytryną<br>Alergeny: 1, 6*, 7              | Dorsz smażony, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty, marchewki i jabłka,<br>kompot owocowy<br>Alergeny: 1, 3, 4, 9 | Chrupki kukurydziane<br>bananowe 15g, marchewka<br>do chrupania |

*Alergeny: 1-gluten, 3-jaja, 4-ryby, 6-soja, 7-mleko, 9-seler, 10-gorczyca, 11-sezam*

**Stołówka szkolna zastrzega sobie możliwość modyfikacji jadłospisu w każdej chwili**

\* - zamiennie dla dzieci z alergią pokarmową