

# JADŁOSPIS



*Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie*

| DATA                       | ŚNIADANIE                                                                                                                                                               | OBIAD                                                                                                                                                                          | PODWIECZOREK                                                                           |
|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| Poniedziałek<br>14.10.2024 | Bułka pszenna z masłem 82% i pomidorem, jajecznica,<br>kakao na mleku 2%, herbata z miodem i cytryną<br>Alergeny: 1, 3, 7                                               | Filet z kurczaka w gyrosie, ryż Parboiled, surówka z kapusty pekińskiej,<br>kompot owocowy (jabłko, aronia, czerwona porzeczka, śliwka,<br>truskawka)<br>Alergeny: 1, 3, 9, 10 | Racuchy,<br>ogórek kiszony do chrupania, woda<br>Alergeny: 1, 3, 7                     |
| Wtorek<br>15.10.2024       | Chleb pszenno-żytni i orkiszowy z masłem 82%, szynką chłopską i świeżą<br>papryką, kawa zbożowa na mleku 2%, herbata z miodem i cytryną<br>Alergeny: 1, 6, 7, 11        | Kapuśniak z kiszonej kapusty na wywarze mięsno-warzywnym,<br>chleb pszenno-żytni, sok owocowy 0,2l<br>Alergeny: 1, 9                                                           | Jogurt naturalny owocowy,<br>kalarepa do chrupania<br>Alergeny: 7                      |
| Środa<br>16.10.2024        | Bułka pszenna z masłem 82%, serem mozzarella, tuńczykiem i sałatką,<br>kakao na mleku 2%, herbata z miodem i cytryną<br>Alergeny: 1, 4, 7                               | Klops w sosie koperkowym, ziemniaki, ogórek kiszony,<br>herbata z miodem i cytryną, pomarańcz<br>Alergeny: 1, 3, 7, 9                                                          | Banan,<br>papryka czerwona do chrupania,<br>woda                                       |
| Czwartek<br>17.10.2024     | Chleb pszenno-żytni i IG z masłem 82%, pasztetem drobiowym,<br>rzodkiewką i szczypiorkiem,<br>kawa zbożowa na mleku 2%, herbata z miodem i cytryną<br>Alergeny: 1, 6, 7 | Zupa buraczana na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami,<br>chleb pszenno-żytni, herbatniki maślane 50g<br>Alergeny: 1, 7, 9, 12                                              | Chrupki kukurydziane 50g,<br>jabłko do chrupania, woda                                 |
| Piątek<br>18.10.2024       | Płatki kukurydziane na mleku 2%, bułka pszenna z masłem 82%,<br>herbata z miodem i cytryną<br>Alergeny: 1, 7                                                            | Jajko sadzone, ziemniaki, brokuły z masłem i bułką tartą, woda<br>Alergeny: 1, 3, 7                                                                                            | Ciasteczka zbożowe z jagodą 50g,<br>ogórek świeży do chrupania, woda<br>Alergeny: 1, 7 |

*Alergeny: 1-gluten, 3-jaja, 4-ryby, 6-soja, 7-mleko, 9-seler, 10-gorczyca, 11-sezam, 12-siarczyny*

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