

# Jadłospis 21.06.2021-25.06.2021r.

## Zespół Edukacyjny Nr 1

Śniadanie / II śniadanie	Obiad	II danie /podwieczerek
<b>21.06.2021 <u>Poniedziałek</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Pieczywo mieszane z masłem <b>1,6,7,11</b></li><li>• Twarożek ze szczypiorkiem <b>7</b></li><li>• Ogórek, pomidor, sałata, rzodkiew</li><li>• Herbata miętowa, kakao <b>1,6,7</b></li><li>• II śniadanie: marchew, gruszka</li></ul> <p>Chleb zwykły i razowy, masło, twaróg półtusty, śmietana 18%, szczypior, ogórek, pomidor, sałata, rzodkiew, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, mleko, kakao, herbata miętowa, miód, marchew, gruszka</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ryż paraboliczny <b>1,7</b></li><li>• Sos śmietanowo -serowy z filetem drobiowym <b>7</b></li><li>• Warzywa na parze <b>7</b></li><li>• Herbata ziołowo-owocowa</li></ul> <p>Ryż paraboliczny, filet z kurczaka, śmietana UHT, ser żółty, marchew mini, brokuł mrożony, kalafior mrożony, olej, masło, margaryna, masło roślinne, seler, pietruszka, por/, cebula, nać pietruszki, czosnek, koper, mąka, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, zioła prowansalskie, herbata melisa owocowa, miód, cukier trzcinowy</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zupa ogórkowa <b>1,3,5,6,7,9,10,11</b></li><li>• Chrupki kukurydziane</li></ul> <p>Ogórki kiszzone, ziemniaki, kości wieprzowe, włoszczyzna: /marchew, seler, pietruszka, por/, cebula, nać pietruszki, koper, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, zioła prowansalskie, włoszczyzna susz., śmietana UHT, mąka, chrupki kukurydziane</p>
<b>22.06.2021 <u>Wtorek</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Pieczywo mieszane z masłem <b>1,6,7,11</b></li><li>• Parówka <b>1,6,9,10</b></li><li>• Ogórek kiszony, pomidor, sałata, papryka mix</li><li>• Herbata owocowa, kawa zbożowa <b>1,7</b></li><li>• II śniadanie: marchew, brzoskwinia</li></ul> <p>Chleb zwykły i razowy, masło, parówka wieprzowa, ogórek kiszony, pomidor, sałata, papryka czerwona, papryka żółta, mleko, herbata wieloowocowa, cytryna, miód, marchew, brzoskwinia</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Makaron ze szpinakiem i kielbasą <b>1,3,6,7,9,10</b></li><li>• Sok 100%</li></ul> <p>Makaron świderki, kielbasa szynkowa, szpinak mrożony, czosnek, olej, masło, margaryna, mąka, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, zioła prowansalskie, śmietana UHT, sok 100% Purena, miód,</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zupa kalafiorowa <b>1,3,5,6,7,9,10,11</b></li><li>• Truskawki</li></ul> <p>Kalafior, ziemniaki, włoszczyzna: / marchew, seler, pietruszka, por/ cebula, nać pietruszki, koper, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, zioła prowansalskie, włoszczyzna susz., porcja rosółowa, śmietana UHT, mąka, chleb pszenny do zupy, truskawki</p>
<b>23.06.2021 <u>Środa</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Bułka z masłem <b>1,6,7,11</b></li><li>• Dżem</li><li>• Płatki kukurydziane pełne ziarno z mlekiem <b>1,7,11</b></li><li>• Herbata ziołowa</li><li>• II śniadanie: jabłko, kalarepa</li></ul> <p>Bułka pszenna, masło, dżem truskawkowy i brzoskwiniowy, płatki kukurydziane pełne ziarno, mleko, herbata rumiankowa, miód, jabłko, kalarepa</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kotlet mielony <b>1,3,6,7,10,11</b></li><li>• Młode ziemniaki <b>7</b></li><li>• Mizeria <b>7</b></li><li>• Herbata ziołowo-owocowa</li></ul> <p>Łopatka b/k, filet drobiowy, bułka sucha, bułka tarta, jajka, czosnek, cebula, mleko, mąka, ogórek zielony, śmietana 18%, szczypior, młode ziemniaki, koper, olej, masło, margaryna, masło roślinne, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, zioła prowansalskie, papryka w proszku/ herbata melisa pomarańczowa, cukier trzcinowy, miód</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zupa krupnik ryżowy <b>1,3,5,6,7,8,9,10,11</b></li><li>• Owoce cząstki</li></ul> <p>Ziemniaki, ryż, włoszczyzna: /seler, pietruszka, por, marchew /cebula, nać pietruszki, koper, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, zioła prowansalskie, włoszczyzna susz., porcja rosółowa, śmietana UHT, mąka, chleb pszenny do zupy, banan, jabłko</p>
<b>24.06.2021 <u>Czwartek</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Pieczywo mieszane z masłem <b>1,6,7,11</b></li><li>• Polędwica z indyka <b>6,9,10</b></li><li>• Ogórek, pomidor, sałata, szczypior, cebula czerwona</li><li>• Herbata z cytryną, kakao <b>1,6,7</b></li><li>• II śniadanie: marchew, banan</li></ul> <p>Chleb zwykły i razowy, masło, polędwica wędzona z indyka, ogórek, pomidor, sałata, szczypior, cebula czerwona, mleko, kakao, herbata Saga, miód, cytryna, marchew</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Makaron kokardka <b>1,3,6,7</b></li><li>• Sos jogurtowo- truskawkowy <b>7</b></li><li>• Herbata z cytryną i miodem</li></ul> <p>Makaron kokardka, truskawki mrożone, jogurt naturalny, śmietana UHT, śmietana 18%, mleko, olej, masło, margaryna, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, herbata saga, cukier, cukier trzcinowy, miód, cytryna</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zupa fasolowa <b>1,3,5,6,7,8,9,10,11</b></li><li>• Warzywa cząstki</li></ul> <p>Ziemniaki, fasola biała, kości wieprzowe, boczek parzony, włoszczyzna: /seler, pietruszka, por, marchew /cebula, nać pietruszki, koper, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, zioła prowansalskie, włoszczyzna susz., mąka, chleb pszenny do zupy, kalarepa, marchew</p>
<b>25.06.2021 <u>Piątek**</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Pieczywo mieszane z masłem <b>1,6,7,11</b></li><li>• Pasta jajeczna <b>1,3,6,11</b></li><li>• Pomidor, szczypior, rzodkiewka</li><li>• Herbata z cytryną, kawa zbożowa <b>1,7</b></li><li>• II śniadanie: marchew</li></ul> <p>Chleb zwykły i razowy, masło, jajka, majonez, szczypior, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pomidor, szczypior, rzodkiewka, mleko, kawa Inka, herbata Saga, cytryna, miód, marchew, kalarepa</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Paluszki rybne <b>1,4,5,6,8,11</b></li><li>• Ziemniaki <b>7</b></li><li>• Surówka z kapusty kiszonej <b>1,3,6,7,9,10,11</b></li><li>• Kompot wieloowocowy</li></ul> <p>Paluszki rybne, ziemniaki, kapusta kiszona, olej z przyprawami, cebula, cebula czerwona, marchew, czosnek, olej, masło, mleko, margaryna, masło roślinne, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, mieszanka kompotowa/śliwka, czarna porzeczka, wiśnia, truskawka/ cukier, cukier trzcinowy, miód</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Marchwianka z grzankami <b>1,3,5,6,7,9,10,11</b></li><li>• Arbuz</li></ul> <p>Marchew, ziemniaki, chleb tostowy, włoszczyzna: seler, pietruszka, por, cebula, nać pietruszki, koper, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, zioła prowansalskie, włoszczyzna susz., porcja rosółowa, śmietana UHT, mąka, chleb pszenny do zupy, arbuz</p>

**\*INTENDENT ZASTRZEGA SOBIE PRAWO DO ZMIAN W JADŁOSPISIE**

**Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz prawdziwy i ziołowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, zioła prowansalskie, cukier waniliowy. Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczycy.**

Skrót	Opis alergenu	Oznaczenie	Produkty, które mogą zawierać alergen
1	Zboża zawierające gluten: pszenica, jęczmień, owies, żyto, orkisz, produkty pochodne	Produkty spożywcze oraz wypieki na bazie ziaren zbóż z opisu alergenu: skrobia, mąka, krupczatka, kasza manna, kuskus, kaszka kukurydziana, kasza jęczmienna, płatki, otręby, produkty pełnoziarniste, kielki pszenicy	Makaron, naleśniki, bułka tarta, mieszanki zbóż, chleb, wypieki, torty z kremem, ciasta, ciastka, herbatniki, słód, kawa zbożowa, napoje na bazie kakao, mieszanki przypraw, hydrolizowane białko pszeniczne w przyprawach, batony czekoladowe, batony zbożowe
2	Skorupiaki i produkty pochodne		
3	Jaja i produkty pochodne	Jaja	Biszkopty/sucharki, bezy, torty z kremem, ciasta, wypieki, desery, lody, makaron jajeczny
4	Ryby i produkty pochodne	Ryby	Żelatyna
5	Orzeszki ziemne i produkty pochodne	Olej arachidowy	Mieszanki orzechów, bakalie
6	Soja i produkty pochodne	Sojowe: ziarno, mąka, kasza, mleko, desery, nierafinowany olej, lecytyna, białko, kielki soi	Sojowe: przyprawy, chleb, wypieki, burgery, wyroby wędliniarskie, niskotłuszczowe produkty na bazie mięsa mielonego
7	Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Białko mleczne, hydrolizat białka mlecznego, kazeina, białko serwatkowe, laktoalbumina, laktoza, mleko, mleko w proszku, serwatka, śmietana, kwaśna śmietana, maślanka, zsiadłe mleko, mleko skondensowane, jogurt, kefir, ser twarogowy, masło	Margaryna, tłuszcze roślinne, czekolada, wypieki, desery
8	Orzechy różne, migdały, i produkty pochodne	Olej na bazie różnych orzechów, krem orzechowy do smarowania pieczywa, pasta orzechowa, masło orzechowe	Marcepan, nugat, krem orzechowo-nugatowy do smarowania pieczywa, torty z kremem, ciastka, wypieki, desery, bakalie, gotowe przekąski, musli
9	Seler i produkty pochodne	Seler korzeniowy, naciowy, liść selera, soki warzywne z zawartością selera, sól selerowa	Mieszanki przypraw, curry, produkty wędliniarskie oraz mięsne
10	Gorczyca i produkty pochodne	Ziarno gorczycy, musztarda, olej gorczycowy, kielkujące nasiona gorczycy	Wędliny i produkty mięsne, curry, mieszanki przypraw, warzywa konserwowe
11	Nasiona sezamu i produkty pochodne	Nasiona sezamu, oleje, mąka, sól sezamowe	Chleb, wypieki, krakersy, płatki śniadaniowe, desery
12	Dwutlenek siarki i siarczyny	Dwutlenek siarki i sole kwasu siarkawego	Suszone owoce
13	Łubiny i produkty pochodne		Białka roślinne
14	Mięczaki i produkty pochodne	Owoce morza	