

Jadłospis 18.10.2021-22.10.2021r.

Zespół Edukacyjny Nr 1

Śniadanie / II śniadanie	Obiad	II danie /podwieczorek
18.10.2021 <u>poniedziałek</u> <ul style="list-style-type: none">Pieczyczo mieszane z masłem 1,6,7,11Polędwica sopocka 10Ogórek, pomidor, szczypior, rzodkiewka, cebula czerwonaHerbata z cytryną, kawa zbożowa 1,7II śniadanie: kiwi , jabłko <p>Chleb zwykły i razowy, masło, polędwica sopocka, ogórek, pomidor, szczypior, rzodkiewka, cebula czerwona, mleko, herbata Saga, kawa zbożowa, miód, kiwi, jabłko</p>	<ul style="list-style-type: none">Spaghetti Bolognese 1,3,6,10Herbata owocowa <p>Makaron spaghetti, szynka wieprzowa b/k, olej, masło, margaryna, mąka, koncentrat pomidorowy, pomidory bez skóry ,sok warzywny Purrena 100%, ser salami, cebula, czosnek, marchew, pietruszka, nać, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, ziola prowansalskie, bazylija, oregano, sok z cytryny, miód, cukier trzcinowy</p>	<ul style="list-style-type: none">Zupa żurek z kielbasą 1,3,5,6,7,8,9,10,11Gruszka szt. <p>Zakwas, ziemniaki, kielbasa biała, jajko, włoszczyzna: /marchew, seler, pietruszka, por/, cebula, nać pietruszki, koper, czosnek, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, ziola prowansalskie, włoszczyzna susz., śmietana UHT , gruszka, chleb pszenny do zupy</p>
19.10.2021 <u>wtorek</u> <ul style="list-style-type: none">Bułka z masłem 1,6,7,11Nutella domowa z ciecierzycy 1,5,6,8Płatki kukurydziane pełne ziarno z mlekiem 1,7,11Herbata ziołowaII śniadanie: kalarepa, marchewka <p>Bułka pszenna, masło, ciecierzycza, masło orzechowe, kakao, płatki kukurydziane pełne ziarno, mleko , herbata melisa z pomarańczą, miód, kalarepa, marchewka</p>	<ul style="list-style-type: none">Udko z kurczaka 1,6,7,10,11Ziemniaki 7Surówka z kapusty białej 1,3,6,11Kompot wieloowocowy <p>Udło drobiowe, ziemniaki, kapusta biała, marchew, por, cebula czerwona, majonez, ocet, cukier, cytryna, , mleko, olej, masło, masło roślinne, margaryna, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, curry, gałka muszkatołowa, imbir proszkowany, czosnek granulowany, majeranek, ziola prowansalskie, papryka w proszku, mieszanka kompotowa/śliwka, czarna porzeczka, wiśnia, truskawka/ cukier trzcinowy, miód</p>	<ul style="list-style-type: none">Ryżanka 1,3,5,6,7,9,10,11Owoc sezonowy szt. <p>Ryż, porcja rosółowa, ziemniaki, włoszczyzna: /marchew, seler, pietruszka, por, cebula, nać pietruszki, koper, masło, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, ziola prowansalskie, włoszczyzna susz., mąka, chleb pszenny do zupy, owoc sezonowy</p>
20.10.2021 <u>środa</u> <ul style="list-style-type: none">Pieczyczo mieszane z masłem 1,6,7,11Parówka 1,6,9,10Ogórek kiszony, pomidor, sałata, papryka mixHerbata owocowa, kakao 1,6,7II śniadanie: marchew, banan <p>Chleb zwykły i razowy, masło, parówka wieprzowa, ketchup, ogórek kiszony, pomidor, sałata, papryka czerwona, papryka żółta, mleko, herbata malinowa, miód, marchew, gruszka</p>	<ul style="list-style-type: none">Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonemLemoniada <p>Ryż paraboliczny, jabłko, cynamon, cukier trzcinowy, mleko, masło, cukier wanilinowy, sól niskosodowa z potasem i magnezem, olej, cytryna, pomarańcza, miód,</p>	<ul style="list-style-type: none">Zupa ogórkowa 1,3,5,6,7,9,10,11Jogurt owocowy <p>Ogórki kiszone, 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, ziola prowansalskie, włoszczyzna susz., gałka muszkatołowa, śmietana UHT, mąka, chleb pszenny do zupy, jogurt owocowy</p>
21.10.2021 <u>czwartek</u> <ul style="list-style-type: none">Pieczyczo mieszane z masłem 1,6,7,11Serek kanapkowy 7Ogórek, pomidor, sałata, rzodkiewka, szczypior, cebula czerwonaHerbata malinowa, mleko 7II śniadanie: marchew, gruszka <p>Chleb zwykły i razowy, masło, serek kanapkowy, ogórek, pomidor, sałata, rzodkiew, szczypior, cebula czerwona, mleko, kawa zbożowa Inka , herbata malinowa, miód, marchew, gruszka</p>	<ul style="list-style-type: none">Gulasz segedyński 1,3,6,7,10,11Kasza jęczmienna 1Marchew mini z masłemSok 100% <p>Szynka mięso, fasolka szparagowa, kasza jęczmienna, mąka, czosnek, cebula, marchew, olej, masło, marchew, mini mrożona, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, ziola prowansalskie, papryka w proszku, imbir, gałka muszkatołowa, śmietana UHT, sok 100% Purrena/ cukier trzcinowy, miód</p>	<ul style="list-style-type: none">Zupa jarzynowa 1,3,5,6,7,9,10,11Ciastka zbożowe <p>Zupa jarzynowa mieszanka, ziemniaki, porcja rosółowa, włoszczyzna: /marchew, seler, pietruszka, por/, cebula, nać pietruszki, koperek, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, liść laurowy, ziele angielskie, włoszczyzna susz., śmietana UHT, mąka, chleb pszenny do zupy, ciastka zbożowe Sante</p>
22.10.2021 <u>piątek</u> <ul style="list-style-type: none">Pieczyczo mieszane z masłem 1,6,7,11Pasta jajeczna 1,3,6,11Pomidor, ogórek kiszony, sałata, paprykaHerbata z cytryną, kawa zbożowa 1,7II śniadanie: marchew, winogron <p>Chleb zwykły i razowy, masło, jajka, majonez, szczypior, cebula, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pomidor, ogórek kiszony, sałata, papryka, mleko, kawa Inka, herbata Saga, cytryna, miód, marchew, winogron</p>	<ul style="list-style-type: none">Kotlet rybny 1,4,7,10Ziemniaki 1,7Surówka z kapusty kiszonej 1,3,6,7,9,10,11Herbata ziołowa <p>Filet z miruny, ziemniaki, kapusta kiszona , mąka, bułka tarta, włoszczyzna :/ marchew, por, cebula, olej, olej z przyprawami, masło, cytryna, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, ziola prowansalskie, oregano, bazylija, herbata ziołowa, cukier trzcinowy, miód</p>	<ul style="list-style-type: none">Zupa pomidorowa z ryżem 1,3,5,6,7,9,10,11Chrupki kukurydziane (Przedszkole)Banan (Szkoła) <p>Ryż, koncentrat pomidorowy, włoszczyzna: / seler, pietruszka, marchew, por/ cebula, nać pietruszki, koper, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, ziola prowansalskie, włoszczyzna susz., porcja rosółowa, śmietana UHT, mąka, chleb pszenny do zupy, cukier trzcinowy, chrupki kukurydziane, banan</p>

*Śniadania, obiady i podwieczorki- PRZEDSZKOLE *Obiady – SZKOŁA

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

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz prawdziwy i ziołowy, majeranek, oregano, bazylia, 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	