

Jadłospis 13.03.2023-17.03.2023r.

Zespół Edukacyjny Nr 1

Śniadanie / II śniadanie	Obiad	II danie /podwieczorek
<p>13.03.2023 poniedziałek</p> <ul style="list-style-type: none"> Pieczywo mieszane z masłem 1,6,7,11 Pasta z ciecierzycy 1,3,4,6,11 Pomidor, rukola, szczypior , cebula czerwona, rzodkiewka Herbata owocowa, kawa zbożowa 1,7 <p>II śniadanie: mandarynka, kalarepa</p> <p>Chleb zwykły i razowy, masło, ciecierzycza, cebula, papryka czerwona, majonez dekoracyjny Winiary, ogórek konserwowy, pomidor, rukola, szczypior, cebula czerwona, rzodkiewka, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, mleko, herbata truskawkowa, kawa zbożowa, miód, mandarynka, kalarepa</p>	<ul style="list-style-type: none"> Makaron z sosem śmietanowo -serowym i filetem drobiowym 1,3,6,7 Herbata ziołowo-owocowa <p>Makaron świderka, filet z kurczaka, śmietana 18% UHT, ser żółty, olej, masło, margaryna, masło roślinne, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, zioła prowansalskie, tymianek, oregano, śmietana 30 UHT, herbata melisa owocowa, miód, cukier trzcinowy</p>	<ul style="list-style-type: none"> Zupa szczawiowa 1,3,5,6,7,8,9,10,11,12 Podwieczorek P/SZ <p>Ziemniaki, szczaw konserwowy, jajko, 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., udko, śmietana UHT, mąka, pieczywo mieszane do zupy</p>
<p>14.03.2023 wtorek</p> <ul style="list-style-type: none"> Pieczywo mieszane z masłem 1,6,7,11 Jajko gotowane 3 Ogórek, rzodkiew, sałata, por, kielki mix, pomidor koktajlowy Herbata z cytryną, mleko 7 <p>II śniadanie: melon, winogron</p> <p>Chleb zwykły i razowy, masło, jajka, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, ogórek zielony, rzodkiew, sałata, por, kielki mix, pomidor koktajlowy, mleko, herbata Saga, cytryna, miód, melon, winogron</p>	<ul style="list-style-type: none"> Kotlet schabowy 1,3,6,10,11 Ziemniaki 1,7 Surówka z kapusty pekińskiej Kompot wieloowocowy <p>Schab , olej, mąka, jajka, bułka tarta, ziemniaki, kapusta pekińska, kukurydza, papryka, fasola czerwona, masło, mleko, margaryna, masło roślinne, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, zioła prowansalskie, mieszanka kompotowa/śliwka, czarna porzeczka, wiśnia, truskawka/ cukier trzcinowy, miód</p>	<ul style="list-style-type: none"> Krupnik ryżowy 1,3,5,6,7,9,10,11 Podwieczorek P/SZ <p>Ryż biały, udka z kurczaka, 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., mąka, pieczywo mieszane do zupy</p>
<p>15.03.2023 środa</p> <ul style="list-style-type: none"> Pieczywo mieszane z masłem 1,6,7,11 Wędlina drobiowa 10 Ogórek kiszony, pomidor, szczypior, por, roszonek, papryka mix Herbata ziołowa, kakao 1,6,7 <p>II śniadanie: marchew, jabłko</p> <p>Chleb zwykły i razowy, masło, wędlina z indyka, ogórek kiszony, pomidor, szczypior, por, roszonek, papryka mix, mleko, herbata pokrzywa, kakao, miód, marchew, jabłko</p>	<ul style="list-style-type: none"> Bułki na parze/PAMPUCHY 1,3,7 Sos jogurtowo- truskawkowy 7 Kisiel do picia 1 <p>Mąka, mleko, masło, jajka, drożdże, cukier, sól niskosodowa z potasem i magnezem, śmietana 18%, jogurt naturalny, truskawka mrożona, cukier trzcinowy, miód, wiśnia mrożona, mąka ziemniaczana</p>	<ul style="list-style-type: none"> Kapuśniak z kiszonej kapusty 1,3,5,6,7,9,10,11 Podwieczorek P/SZ <p>Kapusta kiszona, kości wieprzowe, boczek parzony, ziemniaki, koncentrat pomidorowy, 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, śmietana UHT, pieczywo mieszane do zupy</p>
<p>16.03.2023 czwartek</p> <ul style="list-style-type: none"> Chleb tostowy 1,6,7,11 Twarożek na słodko 7 Płatki ryżowe 7 Herbata owocowa <p>II śniadanie: banan, gruszka</p> <p>Chleb pszenny, masło, twaróg półtłusty, śmietana 18%, mleko, płatki ryżowe, kakao, herbata wieloowocowa, miód, banan, gruszka</p>	<ul style="list-style-type: none"> Udka z kurczaka zapiekane z warzywami 1,6,7,10,11 Kasza kuskus Herbata ziołowa <p>Udka drobiowe, kasza kuskus, bukiet warzyw, olej, olej z przyprawami, masło, masło roślinne, margaryna przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, czosnek granulowany, majeranek, zioła prowansalskie, papryka w proszku, curry, tymianek, herbata lipowa cukier trzcinowy, miód</p>	<ul style="list-style-type: none"> Krem pomidorowy z grzankami 1,3,5,6,7,9,10,11 Podwieczorek P/SZ <p>Pomidory w puszcze, udka, 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, grzanki pszenne</p>
<p>17.03.2023 piątek</p> <ul style="list-style-type: none"> Pieczywo mieszane z masłem 1,6,7,11 Makrela wędzona 1,3,4,6,11 Pomidor, sałata, szczypior , cebula czerwona, rzodkiew, szpinak Herbata z cytryną, kawa zbożowa 1,7 <p>II śniadanie: mango, kiwi</p> <p>Chleb zwykły i razowy, masło, makrela wędzona, majonez dekoracyjny Winiary, pomidor, sałata, szczypior, cebula czerwona, rzodkiew, szpinak, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, mleko, herbata Saga, kawa zbożowa, miód, mango, kiwi</p>	<ul style="list-style-type: none"> Kotlet jajeczny 1,3,6,7,10,11 Ziemniaki 1,7 Marchew z groszkiem 7 Woda z sokiem z pomarańczy <p>Jajko, cebula, marchewka, bułka sucha, bułka tarta, jajka, czosnek, mleko, mąka, marchew z groszkiem, ziemniaki, olej, masło, margaryna, masło roślinne, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, zioła prowansalskie, oregano, papryka w proszku/ pomarańcza , cukier trzcinowy, miód</p>	<ul style="list-style-type: none"> Zupa rybna 1,4,6,7,9,10, Podwieczorek P/SZ <p>Tuńczyk w oleju, filet z morszczuka, ziemniaki, ryż biały, 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., mąka, pieczywo mieszane do zupy</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, 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	