

Jadłospis 01.07.2024-05.07.2024r.

Zespół Edukacyjny Nr 1

Śniadanie / II śniadanie	Obiad	II danie /podwieczerek
<p>01.07.2024 poniedziałek</p> <ul style="list-style-type: none"> Pieczywo miesz. z masłem 65g 1,6,7,11 Wędlina drobiowa 20g 10 Ogórek 20g, pomidor 30g, szczypior 1g, papryka zielona 10g, sałata 1g Herbata owocowa 150ml, kakao 100ml 1,6,7 <p>II śniadanie: marchew 100g, jabłko 100g Chleb zwykły i razowy, masło, filet wędzony z indyka, ogórek, pomidor, szczypior, papryka zielona, sałata, mleko, herbata malinowa, kakao, miód, marchew, jabłko</p>	<ul style="list-style-type: none"> Naleśniki z dżemem 1,3,6,7,11 230g Kompot wieloowocowy 250ml <p>Mąka, mleko, jajka, cukier puder, cukier wanilinowy, sól niskosodowa z potasem i magnezem, mieszanka kompotowa/śliwka, czarna porzeczka, wiśnia, truskawka/, cukier trzcinowy, miód, dżem owocowy</p>	<ul style="list-style-type: none"> Krem pomidorowy z grzankami 1,3,5,6,7,9,10,11 260g Podwieczerek <p>Pomidory w puszcze, udka drobiowe, włoszczyzna /marchew, seler, pietruszka, por, cebula, nać pietruszki, koper, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziółowy, pieprz ziarnisty, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, zioła prowansalskie, włoszczyzna susz., śmietana UHT ,mąka, grzanki pszenne</p>
<p>02.07.2024 wtorek</p> <ul style="list-style-type: none"> Pieczywo miesz. z masłem 65g 1,6,7,11 Serek kanapkowy 12g 7 Pomidor koktajlowy 20g , ogórek kiszony 30g, szpinak 1g, rzodkiewka 5g, kielki 2g Herbata z cytryną 150ml, kawa zbożowa 100ml 1,7 <p>II śniadanie: kalarepa 50g ,melon 150g Chleb zwykły i razowy, masło, ser kanapkowy, pomidor koktajlowy, szpinak, ogórek kiszony, rzodkiewka, kielki, mleko, kawa zbożowa Inka , herbata Lipton, cytryna, miód, kalarepa, melon</p>	<ul style="list-style-type: none"> Nuggetsy 1,3,6,10,11 80g Ziemniaki 1,7 130g Marchew tarta 150g Woda z sokiem z cytryny 250ml <p>Filet z kurczaka ,olej, mąka, jajka, bułka tarta, ziemniaki, marchew masło, mleko, masło roślinne, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziółowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, zioła prowansalskie, cytryna, miód</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ryżanka 1,3,5,6,7,9,10,11 250g Podwieczerek <p>Ryż biały, udka drobiowe, ziemniaki, włoszczyzna: /marchew, seler, pietruszka, por/, cebula, nać pietruszki, koper, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziółowy, pieprz ziarnisty, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, zioła prowansalskie, włoszczyzna susz., pieczywo mieszane do zupy</p>
<p>03.07.2024 środa</p> <ul style="list-style-type: none"> Pieczywo miesz. z masłem 65g 1,6,7,11 Pasta z zielonego groszku 30g 1,3,4,6,11 Pomidor 30g, ogórek zielony 20g, roszonek 1g, szczypior 1g, papryka żółta 10g Herbata pokrzywa 150ml, mleko 100ml 1,7 <p>II śniadanie: winogron 100g, banan 100g Chleb zwykły i razowy, masło, zielony groszek, jajko gotowane, szczypiorek, majonez dekoracyjny Winiary, ogórek konserwowy, pomidor, roszonek, szczypior, papryka żółta, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziółowy, mleko, herbata pokrzywa, miód, banan, winogron</p>	<ul style="list-style-type: none"> Gulasz segetyński 1,3,6,7,10,11 130g Kasza jęczmienna 1 75g Ogórek zielony 10g Herbata lipowa 250ml <p>Szynka mięso, kasza jęczmienna, mąka, czosnek, cebula, marchew, ogórek zielony, włoszczyzna paski, koncentrat, pomidorowy, olej, masło, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziółowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, zioła prowansalskie, papryka w proszku, śmietana UHT, herbata lipowa, cukier trzcinowy, miód</p>	<ul style="list-style-type: none"> Zupa kalafiorowa 1,3,5,6,7,9,10,11 250g Podwieczerek <p>Kalafior mrożony, ziemniaki, włoszczyzna: marchew, seler, pietruszka, por/ cebula, nać pietruszki, koper, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziółowy, pieprz ziarnisty, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, zioła prowansalskie, włoszczyzna susz., udka drobiowe, śmietana UHT, mąka, pieczywo mieszane do zupy</p>
<p>04.07.2024 czwartek</p> <ul style="list-style-type: none"> Bułka z masłem 55g 1,6,7,11 Nutella domowa z ciecierzycy 30g 5,6 Płatki jaglane 1,7,11 Herbata miętowa 150ml <p>II śniadanie: arbuz 150g Bułka wrocławska, masło, ciecierzycza, masło orzechowe, kakao, płatki jaglane, mleko, herbata miętowa miód, arbuz</p>	<ul style="list-style-type: none"> Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 7 210g Sos czosnkowy 7 40g Sok jabłkowy NFC 250ml <p>Filet z kurczaka, ryż paraboliczny, włoszczyzna paski mrożona, olej, masło, mleko, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziółowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, curry, papryka w proszku, śmietana 18%, jogurt naturalny, czosnek główka, sok jabłkowy NFC</p>	<ul style="list-style-type: none"> Kapuśniak 1,3,5,6,7,9,10,11 270g Podwieczerek <p>Kapusta biała, udko drobiowe, ziemniaki, koncentrat pomidorowy, włoszczyzna: /marchew, seler, pietruszka, por/, cebula, nać pietruszki, koper, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziółowy, pieprz ziarnisty, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, zioła prowansalskie, włoszczyzna susz., udka drobiowe, śmietana UHT, mąka, pieczywo mieszane do zupy</p>
<p>05.07.2024 piątek</p> <ul style="list-style-type: none"> Pieczywo miesz. z masłem 65g 1,6,7,11 Jajecznica 60g 3,7 Pomidor koktajlowy 20g, ogórek kiszony 30g, kielki 2g, rzodkiewka 5g, rukola 1g Herbata truskawkowa 150ml , kawa zbożowa 100ml 1,7 <p>II śniadanie: ananas 150g Chleb zwykły i razowy, masło, jajka, pomidor koktajlowy, ogórek kiszony, kielki, rzodkiewka, rukola, kawa zbożowa, mleko, herbata truskawkowa, miód, ananas</p>	<ul style="list-style-type: none"> Paluszki rybne 1,4,5,6,8,11 60g Ziemniaki 1,7 150g Surówka z kapusty kiszonej 1,3,6,7,9,10,11 70g Herbata owocowa 250ml <p>Paluszki rybne z fileta z mintaja, ziemniaki, kapusta kiszona, olej z przyprawami, cebula, cebula czerwona, marchew, czosnek, olej, masło, mleko, masło roślinne, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziółowy, herbata owocowa, cukier trzcinowy, miód</p>	<ul style="list-style-type: none"> Zupa owocowa 7 250g Podwieczerek <p>Wiśnie mrożone, makaron muszelka drobna, cukier trzcinowy</p>

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

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

***PODWIECZOREK:** owoc, mus owocowy, jogurt owocowy, jogurt waniliowy, mus warzywny, lemoniada różne smaki, smoothie różne smaki (dot. Przedszkola i szkoły)

***NAPOJE DO OBIADU DOSTĘPNE W WIĘKSZYCH ILOŚCIACH**

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.

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą przedostać się do dań gotowych: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

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	