

**Jadłospis 24.06.2024-28.06.2024r.****Zespół Edukacyjny Nr 1**

<b>Śniadanie / II śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>II danie /podwieczerek</b>
<p><b>24.06.2024 <u>poniedziałek</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pieczywo miesz. z masłem 65g <b>1,6,7,11</b></li> <li>Ser żółty 20g <b>1,7</b></li> <li>Kabanosy drobiowe <b>25g</b></li> <li>Pomidor 30g, sałata 5g, szczypior 1g, ogórek 20g, rzodkiewka 5g</li> <li>Herbata z cytryną 150ml , kakao 100ml <b>1,6,7</b></li> </ul> <p><b>II śniadanie:</b> jabłko 100g, banan 100g</p> <p>Chleb zwykły i razowy, masło, ser salami, kabanosy drobiowe, pomidor, sałata, szczypior, ogórek, rzodkiewka, mleko, kakao, herbata Lipton, cytryna, miód, jabłko, banan</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jajko sadzone <b>3,11</b> 52g</li> <li>Ziemniaki <b>1,7</b> 150g</li> <li>Salata ze śmietaną <b>7</b> 65g</li> <li>Woda z cytryną 250ml</li> </ul> <p>Jajko, marchew, mleko, ziemniaki, olej, masło, masło roślinne, sałata, śmietana 18%, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziółowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, zioła prowansalskie, oregano, papryka w proszku/ cytryna , cukier trzcinowy, miód</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa botwinka <b>1,3,5,6,7,8,9,10,11</b> 230g</li> <li>Podwieczerek</li> </ul> <p>Botwinka, ziemniaki, włoszczyzna: /marchew, seler, pietruszka, por, cebula, szczypior/ nać pietruszki, koper, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziółowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, zioła prowansalskie, włoszczyzna, udka drobiowe, ocet, cytryna, śmietana UHT, pieczywo mieszane do zupy</p>
<p><b>25.06.2024 <u>wtorek</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bułka z masłem 55g <b>1,6,7,11</b></li> <li>Dżem 100% 10g</li> <li>Płatki kukurydziane pełne ziarno z mlekiem 150ml <b>1,7,11</b></li> <li>Herbata ziołowa 150ml</li> </ul> <p><b>II śniadanie:</b> melon 150g</p> <p>Bułka wrocławska, masło, dżem truskawkowy, płatki kukurydziane pełne ziarno ,mleko, herbata melisa z pomarańczą, miód, melon</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pulpet w sosie koperkowym <b>1,3,6,10</b> 130g</li> <li>Kasza jęczmienna <b>1</b> 75g</li> <li>Ogórek kiszony 10g</li> <li>Herbata owocowa 250ml</li> </ul> <p>Kasza jęczmienna, łopatka b/k, cebula, czosnek, bułka sucha, mąka, olej, masło, margaryna, jajko, śmietana UHT 30%, mąka, marchew, koperek, ogórek kiszony, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziółowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, zioła prowansalskie ,bazylią, papryka słodka, herbata owocowa</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa wiosenna <b>1,3,5,6,7,8,9,10,11</b> 250g</li> <li>Podwieczerek</li> </ul> <p>Marchew, groszek zielony, kalafior, fasolka żółta, 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 , pieczywo mieszane do zupy</p>
<p><b>26.06.2024 <u>środa</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pieczywo miesz. z masłem 65g <b>1,6,7,11</b></li> <li>Polędwica sopocka 20g <b>6,9,10</b></li> <li>Ogórek kiszony 30g , pomidor koktajlowy 20g , roszonek 1g ,kiełki 2g, papryka czerwona 20g</li> <li>Herbata malinowa 150ml , kawa zbożowa 100ml <b>1,7</b></li> </ul> <p><b>II śniadanie:</b> kalarepa 100g, marchew 100g</p> <p>Chleb zwykły i razowy, masło, polędwica sopocka, ogórek kiszony, pomidor koktajlowy, roszonek ,kiełki, papryka czerwona, mleko, kawa zbożowa Inka, herbata malinowa, miód, kalarepa, marchew</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Placki ziemniaczane <b>1,3,6,7,11</b> 130g</li> <li>Śmietana 18% 40g</li> <li>Sok jabłkowy NFC 250ml</li> </ul> <p>Ziemniaki, cebula, czosnek, mąka, jajka, olej, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziółowy, majeranek, śmietana 18%, sok jabłkowy NFC</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa ogórkowa <b>1,3,5,6,7,9,10,11</b> 250g</li> <li>Podwieczerek</li> </ul> <p>Ogórki kiszone, ziemniaki, 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, pieczywo mieszane do zupy</p>
<p><b>27.06.2024 <u>czwartek</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pieczywo miesz. z masłem 65g <b>1,6,7,11</b></li> <li>Twarożek z rzodkiewką 30g <b>7</b></li> <li>Pomidor 20g, szpinak 1g, papryka mix 15g, ogórek zielony 20g</li> <li>Herbata miętowa 150ml, kakao 100ml <b>1,6,7</b></li> </ul> <p><b>II śniadanie:</b> arbuz 150g</p> <p>Chleb zwykły i razowy, masło, twaróg półtłusty, śmietana 18%, szczypior, rzodkiewka, pomidor, szpinak, papryka czerwona, papryka żółta, ogórek zielony, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziółowy, mleko, kakao, herbata miętowa, miód, arbuz</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zapiekanek makaronowa z kurczakiem i warzywami <b>1,3,6,7,10</b> 210g</li> <li>Kisiel wiśniowy 250ml</li> </ul> <p>Makaron świderka, pierś drobiowa, bukiet warzyw/ brokuł, kalafior, marchew/, kukurydza, śmietana 30% UHT, jajka, ser żółty, mąka, olej, masło, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziółowy, czosnek granulowany, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, zioła prowansalskie, wiśnia mrożona, miód, mąka ziemniaczana</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa groszkowa <b>1,3,5,6,7,9,10,11</b> 210g</li> <li>Podwieczerek</li> </ul> <p>Groszek zielony, ziemniaki, 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, pieczywo mieszane do zupy</p>
<p><b>28.06.2024 <u>piątek</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pieczywo miesz. z masłem 65g <b>1,6,7,11</b></li> <li>Ryba w sosie pomidorowym 15g <b>4,10</b></li> <li>Pomidorki koktajlowe 10g, ogórek kiszony 30g, papryka żółta 10g, rzodkiewka 5g, rukola 2g</li> <li>Herbata dzika róża 150ml, mleko 100 ml <b>1,7</b></li> </ul> <p><b>II śniadanie:</b> banan 100g, ananas 100g</p> <p>Chleb zwykły i razowy, masło, makrela w sosie pomidorowym, pomidorki koktajlowe, ogórek kiszony, papryka żółta, rzodkiewka, rukola, mleko, herbata dzika, miód, banan, ananas</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ryż z jabłkami <b>7</b> 250g</li> <li>Sos śmietanowy <b>7</b> 40g</li> <li>Herbata ziołowa z cytryną 250ml</li> </ul> <p>Ryż paraboliczny, jabłka, cynamon, cukier trzcinowy, mleko, masło, cukier wanilinowy, śmietana 30%UHT, sól niskosodowa z potasem i magnezem, olej, cytryna, pomarańcza, miód, śmietana 18%, herbata ziołowa, cytryna, cukier trzcinowy, miód</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupa ziemniaczana okraszona cebulą <b>1,3,5,6,7,9,10,11</b> 230g</li> <li>Podwieczerek</li> </ul> <p>Ziemniaki, kości wieprzowe, boczek parzony, boczek surowy, 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>

**\*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, bazylia, tymianek, zioła prowansalskie, cukier waniliowy. Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorzycy.**

*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),*

*gorzycyca,  
sezamu,  
siarki i  
lubin,  
Alergeny  
zgodnie z*

Skrót	Opis alergenu	Oznaczenie	Produkty, które mogą zawierać alergen
-------	---------------	------------	---------------------------------------

*seler,  
nasiona  
dwutlenek  
siarczyny,  
mięczaki.  
oznaczono*

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	Gorzycza i produkty pochodne	Ziarno gorzycy, musztarda, olej gorzycowy, kielkujące nasiona gorzycy	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	