

Jadłospis 08.07.2024-12.07.2024r.

Zespół Edukacyjny Nr 1

Śniadanie / II śniadanie	Obiad	II danie /podwieczorek
08.07.2024 poniedziałek <ul style="list-style-type: none">Pieczywo miesz. z masłem 65g 1,6,7,11Ser żółty 20g 1,7Pomidor 30g, sałata 5g, szczypior 1g, ogórek 20g, rzodkiewka 5gHerbata z cytryną 150ml ,kakao 100ml 1,6,7 II śniadanie: jabłko 150g Chleb zwykły i razowy, masło, ser salami, pomidor, sałata, szczypior, ogórek, rzodkiewka, mleko, kakao, herbata Lipton, cytryna, miód, jabłko	<ul style="list-style-type: none">Spaghetti Napoli 1,3,6,10 220gKompot wielowocowy 250ml Makaron spaghetti, olej, masło, masło roślinne, mąka, koncentrat pomidorowy, pulpa pomidorowa ,ser salami, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, oregano, bazylia, mieszanka kompotowa/śliwka, czarna porzeczka, wiśnia, truskawka/, miód, cukier trzcinowy	<ul style="list-style-type: none">Zupa ziemniaczana okraszona cebulą 1,3,5,6,7,9,10,11 230gPodwieczorek 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., pieczywo mieszane do zupy
09.07.2024 wtorek <ul style="list-style-type: none">Pieczywo miesz. z masłem 65g 1,6,7,11Pasta z ciecierzycy 30g 1,3,4,6,11Pomidor koktajlowy 20g, rukola 2g, kielki 1g, papryka czerwona 10g, ogórek kiszony 30gHerbata owocowa 150ml, kawa zbożowa 100ml 1,7 II śniadanie: ananas 150g Chleb zwykły i razowy, masło, ciecierzycza, cebula, papryka czerwona, majonez dekoracyjny Winiary, ogórek konserwowy, pomidor koktajlowy, rukola, kielki, papryka czerwona, ogórek kiszony, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, mleko, herbata malinowa, kawa zbożowa, miód, ananas	<ul style="list-style-type: none">Kotlet mielony 1,3,6,7,10,11 80gZiemniaki 1,7 130gSurówka z buraków 9, 10 150gWoda z sokiem z cytryny 250ml Łopatka b/k, udka drobiowe trybowane/filet drobiowy, bułka sucha, bułka tarta, jajka, czosnek, cebula, mleko, olej, masło, masło roślinne, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, zioła prowansalskie, papryka w proszku/, ziemniaki, buraczki, cytryna, miód	<ul style="list-style-type: none">Marchwianka krem z grzankami 1,3,5,6,7,9,10,11 270gPodwieczorek 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., imbir, udka drobiowe, śmietana UHT, mąka, pieczywo mieszane do zupy
10.07.2024 środa <ul style="list-style-type: none">Pieczywo miesz. z masłem 65g 1,6,7,11Polędwica sopocka 20g 6,9,10Ogórek 20g, pomidor 30g ,szpinak 1g, szczypior 2g ,rzodkiewka 5gHerbata dzika róża 150ml ,mleko 100ml 1,7 II śniadanie: banan 150g Chleb zwykły i razowy, masło, polędwica sopocka, ogórek, pomidor, szpinak, szczypior, rzodkiewka, mleko, , herbata dzika róża , miód, banan	<ul style="list-style-type: none">Kopytka z zasmażaną kapustą 1,3,11 280gHerbata ziołowa 250ml Ziemniaki, mąka, mąka ziemniaczana, jajka, olej, masło, kapusta kiszona, boczek surowy, cebula, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, herbata rumiankowa, cukier trzcinowy, miód	<ul style="list-style-type: none">Zupa z fasolki szparagowej 1,3,5,6,7,9,10,11 250gPodwieczorek Fasolka szparagowa, ziemniaki, udka drobiowe, włoszczyzna /marchew, seler, pietruszka, por, cebula, nać pietruszki, koper, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, liść laurowy, ziele angielskie, włoszczyzna susz., śmietana UHT ,mąka, pieczywo mieszane, olej z przyprawami
11.07.2024 czwartek <ul style="list-style-type: none">Bułka z masłem 55g 1,6,7,11Twaróg na słodko 20g 1,7Zacierka 1,7,11 140mlHerbata miętowa 150ml II śniadanie: arbuz 150g Bułka wrocławska, masło, twaróg, makaron zacierka, mleko, herbata miętowa miód, arbuz	<ul style="list-style-type: none">Filet duszony w sosie 1,6,7,10,11 70gRyż z warzywami 80gKisiel wiśniowy 250ml Filet drobiowy, ryż paraboliczny, marchew, groszek, por, cebula, olej, olej z przyprawami, masło, masło roślinne, mąka pszenna, śmietana UHT 18%, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, czosnek granulowany, majeranek, zioła prowansalskie, papryka w proszku, curry, tymianek, wiśnia mrożona, mąka ziemniaczana	<ul style="list-style-type: none">Zupa koperkowa 1,3,5,6,7,9,10,11 250gPodwieczorek Ziemniaki, udka drobiowe, włoszczyzna /marchew, seler, pietruszka, por, cebula, nać pietruszki, koper, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, liść laurowy, ziele angielskie, włoszczyzna susz., śmietana UHT ,mąka, pieczywo mieszane, olej z przyprawami
12.07.2024 piątek <ul style="list-style-type: none">Pieczywo miesz. z masłem 65g 1,6,7,11Ryba w sosie pomidorowym z twarogiem 15g 4,10Pomidorki koktajlowe 10g, ogórek kiszony 30g, papryka żółta 20g, sałata 5g, kielki 2gHerbata truskawkowa 150ml, kawa zbożowa 100 ml 1, 7 II śniadanie: jabłko 150g Chleb zwykły i razowy, masło, makrela w sosie pomidorowym, pomidorki koktajlowe, ogórek kiszony, papryka żółta ,sałata, kielki, kawa zbożowa, mleko, herbata truskawkowa, miód, jabłko	<ul style="list-style-type: none">Bułki na parze/PAMPUCHY 1,3,7 100gSos jogurtowo- truskawkowy 7 110mSok jabłkowy 250ml Mąka, mleko, masło, jajka, drożdże, cukier, sól niskosodowa z potasem i magnezem, śmietana 18%, jogurt naturalny, truskawka mrożona, cukier trzcinowy, miód, sok jabłkowy	<ul style="list-style-type: none">Rosół z makaronem 1,3,5,6,7,9,10,11 250gPodwieczorek Kurczak, makaron nitka, olej, włoszczyzna: /marchew, seler, pietruszka, por/, cebula, nać pietruszki, lubczyk, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, liść laurowy, ziele angielskie, włoszczyzna susz.

*Śniadania, obiady i podwieczorki- PRZEDSZKOLE *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	