

Jadłospis 22.07.2024-26.07.2024r.

Zespół Edukacyjny Nr 1

Sniadanie / II śniadanie	Obiad	II danie /podwieczorek
<p>22.07.2024 poniedziałek</p> <ul style="list-style-type: none"> Pieczycwo miesz. z masłem 1,6,7,11 65g Jajko gotowane 25g 3 Ogórek gruntowy 30g, pomidor 30g, sałata masłowa 5g, rzodkiewka 5g, papryka żółta 10g, szczypior 1g Herbata truskawkowa 150ml, mleko 100ml 7 <p>II śniadanie: jabłko 150g</p> <p>Chleb zwykły i razowy, masło, jajko, ogórek gruntowy, pomidor, sałata masłowa, rzodkiewka, papryka żółta, szczypior, herbata truskawkowa, mleko, jabłko</p>	<ul style="list-style-type: none"> Łazanki z młodą kapustą i kiełbasą 1,3,6,7,10 240g Herbata ziołowa 250ml <p>Makaron łazanka, kiełbasa śląska, kapusta młoda, olej, masło ,czosnek, koncentrat pomidorowy, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, ziola prowansalskie, papryka w proszku, cebula, czosnek, herbata miętowa, cukier/miód</p>	<ul style="list-style-type: none"> Zupa krupnik 1,3,5,6,7,8,9,10,11 250g Podwieczorek * <p>Ziemniaki, kasza jęczmienna, 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, ziola prowansalskie, włoszczyzna susz., udko drobiowe lub kości wędzone, śmietana UHT, mąka, pieczywo mieszane do zupy</p>
<p>23.07.2024 wtorek</p> <ul style="list-style-type: none"> Pieczycwo miesz. z masłem 1,6,7,11 65g Serek kanapkowy 12g 7 Pomidorki koktajlowe 10g, ogórek kiszony 30g, rukola 1g , papryka czerwona 10g, szczypior 2g Herbata z cytryną 150ml ,kakao 100ml 7 <p>II śniadanie: banan 150g</p> <p>Chleb pszenny i razowy, masło, serek kanapkowy, pomidorki koktajlowe, ogórek kiszony, rukola, papryka czerwona, szczypior, mleko ,kakao, herbata Lipton, cytryna, miód, banan</p>	<ul style="list-style-type: none"> Pieczony udko z kurczaka 1,6,7,10,11 (P 60g) Ryż paraboliczny 80g Mizeria Kompot wieloowocowy 250ml <p>Udka drobiowe, ryż paraboliczny, ogórek zielony, śmietana 18%, por, cebula, olej, olej z przyprawami, masło, masło roślinne, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, czosnek granulowany, majeranek, ziola prowansalskie, papryka w proszku, curry, tymianek, mieszanka kompotowa/śliwka, czarna porzeczka, wiśnia, truskawka/ cukier trzcinowy, miód</p>	<ul style="list-style-type: none"> Zupa szpinakowa z jajkiem 1,3,5,6,7,9,10,11,12 260g Podwieczorek * <p>Szpinak mrożony, ziemniaki, jajka, udka drobiowe, włoszczyzna: /marchew, seler, pietruszka, por/, cebula, nać pietruszki, koper, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, ziola prowansalskie, włoszczyzna susz., śmietana UHT, mąka, pieczywo mieszane do zupy</p>
<p>24.07.2024 środa</p> <ul style="list-style-type: none"> Tosty z szynką i serem 110g 1,6,7,11 Ketchup łagodny 10g Ogórek zielony 20g, pomidor czerwony 30g, sałata 1g, kiełki 2g, rzodkiewka 5g, papryka żółta 10g Herbata owocowa 150ml, mleko 100ml 1,6,7 <p>II śniadanie: arbuz 150g</p> <p>Chleb tostowy, ser żółty, polędwica sopocka, masło, ketchup łagodny, ogórek zielony, pomidor, sałata, kiełki, rzodkiewka, papryka żółta, mleko, herbata owocowa, , miód, melon winogrona</p>	<ul style="list-style-type: none"> Gulasz 1,3,6,7,10,11 130g Kasza jęczmienna 1,7 150g Ogórek kiszony 70g Sok jabłkowy NFC 250ml <p>Szynka wieprzowa b/k, kasza jęczmienna, ogórek kiszony, marchew, czosnek, cebula, olej, masło, mąka, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, ziola prowansalskie, papryka w proszku, śmietana UHT, sok jabłkowy NFC</p>	<ul style="list-style-type: none"> Barszcz czerwony 1,3,5,6,7,8,9,10,11 230g Podwieczorek* <p>Buraki, ziemniaki, włoszczyzna: /marchew, seler, pietruszka, por, cebula, szczypior/ nać pietruszki, koper, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pieprz ziarnisty, czosnek granulowany, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, ziola prowansalskie, włoszczyzna, udka drobiowe, ocet, cytryna, śmietana UHT, pieczywo mieszane do zupy</p>
<p>25.07.2024 czwartek</p> <ul style="list-style-type: none"> Pieczycwo mieszane z masłem 1,6,7,11 65g Pasta mięsna 30g 1,3,6,11 Pomidor malinowy 30g, ogórek zielony 20g, roszponka 1g, papryka czerwona 10g, kiełki 2g Herbata ziołowa 150ml, kawa zbożowa 100ml 1,7 <p>II śniadanie: jabłko 150g</p> <p>Chleb zwykły i razowy, masło, pierś drobiowa, majonez, cebula czerwona, majonez Winiary, sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, pomidor , ogórek zielony, roszponka, papryka czerwona, kiełki, mleko, herbata pokrzywa, kawa Inka ,miód, jabłko</p>	<ul style="list-style-type: none"> Kopytka leniwe 1,3,7,11 280g Lemoniada z cytryną i miodem 250ml <p>Ziemniaki, mąka, jajka, twaróg półtłusty, cukier wanilinowy, olej, masło, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, cytryna, cukier trzcinowy, miód</p>	<ul style="list-style-type: none"> Zupa ogórkowa 1,3,5,6,7,9,10,11 250g Podwieczorek* <p>Ogórki kiszone, ziemniaki, udka drobiowe, 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., śmietana UHT, mąka, pieczywo mieszane do zupy</p>
<p>26.07.2024 piątek</p> <ul style="list-style-type: none"> Bułka z masłem 1,6,7,11 55g Dżem 100% 10g Płatki ryżowe z mlekiem 1,7,11 150ml Herbata ziołowa 150ml <p>II śniadanie: kalarepa 50g, ananas 100g</p> <p>Bułka pszenna , masło, dżem owocowy 100%, płatki ryżowe, mleko, herbata melisa z pomarańczą, miód, kalarepa, 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 70g 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, koper, por, jabłko ,czosnek, olej, masło, mleko, masło roślinne, przyprawy: sól niskosodowa z potasem i magnezem, pieprz, pieprz ziołowy, herbata owocowa, cukier trzcinowy, miód</p>	<ul style="list-style-type: none"> Zupa jarzynowa 1,3,5,6,7,8,9,10,11 250g Podwieczorek * <p>Mieszanka jarzynowa/fasolka szparagowa żółta, brokuł mrożony, kalafior mrożony ,brukselka, marchew/, 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, ziola prowansalskie, włoszczyzna susz., udka drobiowe, śmietana UHT ,mąka, 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, 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	