

JADŁOSPIS DLA SZKOŁY

DATA	OBIAD - I Danie 300g	OBIAD - II Danie
Poniedziałek 12.05	Zupa grysikowa na indyku (woda, ziemniaki, marchew, seler , por, cebula, kasza manna (zawiera: pszenica), mięso z uda z indyka, oliwa, koperek)	Zapiekanka bolognese (makaron penne (zawiera: pszenica), pomidory, ligawa wołowa, oliwa) z mozzarellą (zawiera: mleko) 250g. Kiszony ogórek 100g. Ananas 70-80g. Kompot jagodowy 150g.
Wtorek 13.05 - obiad dla dzieci z dyżuru świetlicowego	Zupa kalafiorowa (woda, marchew, seler , por, cebula, pietruszka, czosnek, kalafior, śmietana 12% (zawiera: mleko), przyprawy)	Gyros z kurczaka 90g Frytki pieczone 150g Sos czosnkowy na jogurcie (zawiera: mleko) Surówka z kapusty czerwonej z porem, jabłkiem, jogurtem i majonezem (zawiera: mleko, jaja) Kompot wieloowocowy 150g.
Środa 14.05 - obiad dla dzieci z dyżuru świetlicowego	Zupa gulaszowa (woda, ziemniaki, mięso wieprzowe/wołowe marchew, papryka, cebula, pomidory z puszki, koncentrat pomidorowy))	Naleśniki 4 szt. (zawiera: mleko, pszenica, jaja) z prażonym jabłkiem 125g z rozpuszczoną gorzką czekoladą. Kompot truskawkowy 150g.
Czwartek 15.05 - obiad dla dzieci z dyżuru świetlicowego	Zupa ogórkowa na indyku z ryżem (woda, udo indycze, ogórek kiszony, ryż, marchew, seler , por, cebula, pietruszka, czosnek, śmietana 30% (zawiera: mleko), przyprawy)	Pieczone plastry polędwicy wieprzowej 90g z dodatkiem sosu pieczarkowego (zawiera: mleko) 50g Kasza pęczak 150g (zawiera: pszenica) Mieszanka warzyw na parze 150g Kompot śliwkowy 150g.
Piątek 16.05	Krem pomidorowy (woda, marchew, seler , ziemniaki, pietruszka, por, cebula, pomidory z puszki, passata pomidorowa, mozzarella, śmietanka (mleko), bazylia świeża)	Łosoś pieczony (zawiera: ryby) 100g Ziemniaki puree (zawiera: mleko) 150g Szpinak baby z awokado, pomidorkami koktajlowymi i serem feta (zawiera: mleko) z sosem z oliwy, miodu i soku z cytryny 80g Kompot malina-cytryna-mięta 150g.

Zastrzegamy sobie prawo zmian w jadłospisie z przyczyn losowych lub technologicznych. Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zaznaczono wg załącznika II Dziennika Urzędowego Unii Europejskiej L 304/43. W ZSP w kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny w podawanych potrawach. Szczegółowy wykaz składników w potrawach dostępny u dietetyka/intendenta.

Dzieci na dietach mają dostosowany jadłospis do indywidualnych potrzeb zdrowotnych.

