

JADŁOSPIS DLA SZKOŁY

DATA	OBIAD - I Danie	OBIAD - II Danie
13.05 Poniedziałek	Zupa pomidorowa (woda, marchew, seler, pietruszka, cebula, czosnek koncentrat pomidorowy, śmietana 12% (mleko), przyprawy) z makaronem pszennym 300g.	Jajko sadzone 100g, ziemniaki z koperkiem 150g, marchewka z groszkiem (marchewka z groszkiem, mąka pszenna , sól) 150g. Kompot malinowy 150g.
14.05 Wtorek	Barszcz ukraiński (woda, seler, marchew, pietruszka, ziemniaki, buraki czerwone, cebula, czosnek, kapusta włoska, przyprawy, masło klarowane (mleko) z ziemniakami 300g.	Medaliony z indyka w sosie pieczarkowym (medaliony z indyka, woda, pieczarki, cebula, czosnek, mąka pszenna , olej rzepakowy, przyprawy) 100g, kasza bulgur (pszenica) 150g, surówka z kiszonych ogórków (ogórki kiszone, cebula, papryka czerwona, natka pietruszki, czosnek, sok z cytryny, musztarda (gorczyca), oliwa, miód) 150g. Kompot wiśniowy 150g.
15.05 Środa	Zupa jarzynowa (woda, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa żółta, cebula, czosnek, koperek, przyprawy, masło klarowane (mleko), śmietana 12% (mleko), przyprawy) 300g.	Zapiekanka gołąbkowa w sosie pomidorowym (kapusta włoska, łopatką wieprzowa, ryż biały, cebula, marchew, czosnek, pomidory z puszki, przyprawy, olej rzepakowy) 300g Lemoniada cytryna-pomarańcza-mięta 150g.
16.05 Czwartek	Zupa krem z groszku (woda, marchew, seler, pietruszka, cebula, czosnek, groszek zielony, ogórek, mięta, przyprawy, masło klarowane (mleko)) 300g.	Pierogi ruskie 5szt. 200g (mąka pszenna , woda, ziemniaki, twaróg półtłusty (mleko), cebula, czosnek, sól, olej rzepakowy) ze śmietaną 12% (mleko) i cebulką na maśle (mleko), surówka z tartej marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego (mleko) i chrzanu 150g. Kompot truskawkowy 150g.
17.05 Piątek	Zupa szczawiowa (woda, marchew, seler, pietruszka, szczaw, cebula, czosnek, śmietana 12% (mleko), mąka pszenna , przyprawy) z jajkiem 300g.	Paluszki rybne 100g, puree ziemniaczane z koperkiem 150g (ziemniaki, sól, masło (mleko), koper), surówka z pora, jabłka, marchwi i koperku z dodatkiem soku z cytryny i majonezu 150g. Kompot jagodowy 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.