

Szkoła Podstawowa nr 1

Jadłospis obiadowy 21-25.10.2024

		poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
obiad	zupa 300ml	ziemniaczana [7, 9]	minestrone [9]	zupa z żółtym grochem [9]	rosół z makaronem [7, 9]	krupnik jaglany [9]
	dieta eliminująca gluten	b.z.	b.z.	b.z.	makaron bez glutenu	b.z.
	dieta bezmleczna	niezabielana	b.z.	b.z.	b.z.	b.z.
	wegetariańska	na bulionie wegetariańskim	na bulionie wegetariańskim	na bulionie wegetariańskim	pomidorowa z makaronem na bulionie wegetariańskim [1, 7, 9]	na bulionie wegetariańskim
	II danie	gulasz wieprzowy 140g, kasza jęczmienna 130g, surówka koperkowa 100g [1, 3, 9, 10]	potrawka z kurczaka z warzywami 170g, ryż 150g [7, 9]	kluski śląskie z sosem pieczarkowym na śmietance 330g [7, 9]	nuggetsy z kurczaka 90g, ziemniaki 150g, marchewka z groszkiem 100g [1, 3, 9, 10]	tuńczyk w pomidorach z makaronem spaghetti 310g [1, 4, 9]
	dieta eliminująca gluten	ziemniaki zamiast kaszy jęczmiennej, gulasz zaprawiany mąką ryżową	b.z.	b.z.	nugetsy w panierce z mąki kukurydzianej i ryżowej	makaron bez glutenu
	dieta bezmleczna	b.z.	śmietanka roślinna [6] zamiast tradycyjnej	śmietanka roślinna [6] zamiast tradycyjnej	b.z.	b.z.
wegetariańska	kaszotto z zielonym groszkiem i serem mozzarella [7, 9]	risotto z warzywami podawane z serem żółtym [7, 9]	b.z.	kotlet jajeczny [1, 3, 9] zamiast nuggetsów	makaron z sosem neapolitańskim na bazie warzyw korzeniowych i serem mozzarella [1, 7, 9]	

alergeny: 1. Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczepu hybrydowe) i produkty pochodne 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jajka i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, nerkowce, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje, orzechy makadamie lub orzechy Queensland i produkty pochodne 9. Seler zwyczajny i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO2 13. Łubin i produkty pochodne 14. Mięczaki i produkty pochodne

Prezentowany jadłospis może ulec nieznacznym zmianom ze względu na kwestie techniczno - zaopatrzeniowe.