

Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 3

Jadłospis obiadowy 25.11-29.11.2024

		poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
obiad	zupa 300ml	fasolowa z ziemniakami 7, 9 	biały barszcz 1, 7, 9 	jarzynowa z kaszą kuskus 1, 9 	pomidorowa z makaronem 1, 7, 9 	ogórkowa z ziemniakami 7, 9, 10
	<i>dieta eliminująca gluten</i>	<i>b.z.</i>	<i>jarzynowa 7,9 </i>	<i>jarzynowa z kaszą jaglaną</i>	<i>makaron bez glutenu</i>	<i>b.z.</i>
	<i>dieta bezmleczna</i>	<i>niezabielana</i>	<i>jarzynowa niezabielana 9 </i>	<i>b.z.</i>	<i>niezabielana</i>	<i>niezabielana</i>
	<i>wegetariańska</i>	<i>na bulionie wegetariańskim</i>	<i>na bulionie wegetariańskim</i>	<i>na bulionie wegetariańskim</i>	<i>na bulionie wegetariańskim</i>	<i>na bulionie wegetariańskim</i>
	II danie	makaron z sosem carbonara 340g 1, 3, 7 	risotto z kurczakiem i warzywami 330g 9, 10 	eskalopek z piersi kurczaka 90g, ziemniaki 150g, buraczki 100g 1, 3, 9, 10 	klops w sosie własnym 195g, kasza jęczmienna 130g, surówka koperkowa 100g 1, 3, 9, 10 	paluszki rybne 90g, ziemniaki 150g, surówka wiejska 100g 1, 3, 4, 10
	<i>dieta eliminująca gluten</i>	<i>makaron bez glutenu</i>	<i>b.z.</i>	<i>eskalopek w panierce z mąki kukurydzianej i ryżowej</i>	<i>klops bez dodatku mąki pszennej, ryż zamiast kaszy jęczmiennej</i>	<i>ryba panierowana w mące kukurydzianej 3, 4, 9 zamiast paluszków</i>
	<i>dieta bezmleczna</i>	<i>pierogi z truskawkami, marchewka w słupkach 1, 3, 9 </i>	<i>b.z.</i>	<i>b.z.</i>	<i>b.z.</i>	<i>b.z.</i>
	<i>wegetariańska</i>	<i>pierogi z truskawkami, marchewka w słupkach 1, 3, 9 </i>	<i>risotto z warzywami i zielonym groszkiem</i>	<i>kalafior panierowany zamiast eskalopka 1, 3, 7 </i>	<i>klops z soczewicy i warzyw 1, 3, 9 zamiast klopsa mięsnego</i>	<i>kotlet brokułowo-jajeczny 1, 3, 7, 9 zamiast paluszków</i>

alergeny: **1.** Zboża zawierające **gluten** (tj. **pszenica, żyto, jęczmień, owies**, orkisz, kamut lub ich szczepy 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 względów na kwestie techniczno - zaopatrzeniowe .