

Szkoła Podstawowa nr 1

Jadłospis obiadowy 18-22.11.2024

		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]
	<i>dieta eliminująca gluten</i>	<i>b.z.</i>	<i>b.z.</i>	<i>b.z.</i>	<i>makaron bez glutenu</i>	<i>b.z.</i>
	<i>dieta bezmleczna</i>	<i>niezabielana</i>	<i>b.z.</i>	<i>b.z.</i>	<i>b.z.</i>	<i>b.z.</i>
	<i>wegetariańska</i>	<i>na bulionie wegetariańskim</i>	<i>na bulionie wegetariańskim</i>	<i>na bulionie wegetariańskim</i>	<i>pomidorowa z makaronem na bulionie wegetariańskim [1, 7, 9]</i>	<i>na bulionie wegetariańskim</i>
	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]
	<i>dieta eliminująca gluten</i>	<i>ziemniaki zamiast kaszy jęczmiennej, gulasz zaprawiany mąką ryżową</i>	<i>b.z.</i>	<i>b.z.</i>	<i>nuggetsy w panierce z mąki kukurydzianej i ryżowej</i>	<i>makaron bez glutenu</i>
	<i>dieta bezmleczna</i>	<i>b.z.</i>	<i>śmietanka roślinna [6] zamiast tradycyjnej</i>	<i>śmietanka roślinna [6] zamiast tradycyjnej</i>	<i>b.z.</i>	<i>b.z.</i>
	<i>wegetariańska</i>	<i>kaszotto z zielonym groszkiem i serem mozzarella [7, 9]</i>	<i>risotto z warzywami podawane z serem żółtym [7, 9]</i>	<i>b.z.</i>	<i>kotlet jajeczny [1, 3, 9] zamiast nuggetsów</i>	<i>makaron z sosem neapolitańskim na bazie warzyw korzeniowych i serem mozzarella [1, 7, 9]</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