

Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 3

Jadłospis obiadowy 07-10.01.2025

		poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
obiad	zupa 300ml		ogórkowa [7, 9, 10]	brokułowa [7, 9]	pomidorowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami [9]	krupnik [1, 9]
	dieta eliminująca gluten		b.z.	b.z.	b.z.	krupnik jaglany
	dieta bezmleczna		niezabielana	niezabielana	b.z.	b.z.
	wegetariańska		na bulionie wegetariańskim	na bulionie wegetariańskim	na bulionie wegetariańskim	na bulionie wegetariańskim
	II danie		makaron z sosem carbonara 340g [1, 3, 7]	pulpet drobiowy z indykiem w sosie własnym 150g, kasza jęczmienna 140g, buraczki 100g [1, 3, 9, 10]	zapekany ryż z serem i jabłkiem 300g, podawany z sosem cynamonowym 75g [7]	burger rybny smażony 90g, ziemniaki 150g, surówka wiejska 100g [1, 3, 4, 9, 10]
	dieta eliminująca gluten		makaron bez glutenu	pulpet drobiowy z indykiem w sosie własnym bez dodatku bułki pszennej, ryż zamiast kaszy jęczmiennej	b.z.	ryba panierowana w mące kukurydzianej [3, 4]
	dieta bezmleczna		makaron z sosem bolognese [1, 9, 10]	b.z.	naleśnik na napoju roślinnym z jabłkiem [1, 3]	b.z.
	wegetariańska		makaron z sosem neapolitańskim i serem mozzarella [1, 7, 9]	kotlet z fasoli [1, 3, 9] zamiast pulpeta	b.z.	burger warzywny smażony z żółtym serem zamiast burgera rybnego [1, 3, 7, 9]

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. **Gorzczyca** 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