



### **Poniedziałek 30.06.2025r.**

**Śniadanie:** Kawa Inka, herbata cytrynowa. **Samodzielne kanapeczki:** pieczywo mieszane, masło śmietankowe, parówki drobiowe na ciepło/ ketchup, ser żółty, sałata, ogórek szklarniowy, pomidor malinowy (do wyboru).

**Alergeny:** 1,6,7,8,9

**Obiad:** Zupa fasolowa.

Ryż zapiekany z jabłkiem, cynamonem, sosem waniliowym.

**Deser:** ciastko biszkoptowe.

Kompot wieloowocowy.

**Alergeny:** 1,3,6,7,8,9

### **Wtorek 01.07.2025r.**

**Śniadanie:** Płatki kukurydziane na mleku, herbata owocowa. **Samodzielne kanapeczki:** pieczywo mieszane, masło śmietankowe, wędlina, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, sałata, pomidorki koktajlowe, ogórek (do wyboru).

**Alergeny:** 1,3,6,7,8,9

**Obiad:** Zupa krupnik jęczmienny.

Kotlet mielony wieprzowy, młode ziemniaki/ koperek, marchewka z groszkiem.

**Deser:** nektarynka.

Kompot śliwkowy.

**Alergeny:** 1,3,6,7,8

### **Środa 02.07.2025r.**

**Śniadanie:** Kawa mleczna, herbata z limonką. **Samodzielne kanapeczki:** pieczywo mieszane, masło śmietankowe, twarożek z sera białego na słodko, wędlina, sałata, papryka czerwona, rzodkiewka (do wyboru).

**Alergeny:** 1,6,7,8,9

**Obiad:** Zupa kalafiorowa zabieleną śmietaną.

Spaghetti z mięsem, sosem bolognese, wiórkami sera mozzarella, ogórek słupek.

**Deser:** sezamki.

Sok jabłkowy.

**Alergeny:** 1,3,4,6,7,8,10

### **Czwartek 03.07.2025r.**

**Śniadanie:** Mleko na ciepło, herbata owocowa. **Samodzielne kanapeczki:** pieczywo mieszane, masło śmietankowe, hot-dog z parówką drobiową/ ketchup, ser żółty, sałata masłowa, ogórek zielony, pomidor malinowy (do wyboru).

**Alergeny:** 1,6,7,8,9

**Obiad:** Zupa ogórkowa z ziemniakami.

Schab w sosie własnym, kopytka, jarzynka z buraczków czerwonych.

**Deser:** arbuz.

Kompot z porzeczki czerwonej.

**Alergeny:** 1,3,6,7,8

### **Piątek 04.07.2025r.**

**Śniadanie:** Zupa mleczna- kasza manna z sokiem malinowym, herbata z miodem. **Samodzielne kanapeczki:** pieczywo mieszane, masło śmietankowe, wędlina, sałata, papryka żółta, ogórek małosolny (do wyboru).

**Alergeny:** 1,6,7,8,9

**Obiad:** Zupa pomidorowa z makaronem kolanko.

Paluszki rybne, młode ziemniaki, surówka z młodej kapusty kiszonej z marchewką, jabłkiem.

**Deser:** soczek wieloowocowy.

Kompot truskawkowy.

**Alergeny:** 1,3,4,6,7,8

Szkoła zastrzega sobie prawo do niewielkich modyfikacji w jadłospisie. Szczegółowe informacje dotyczące składu poszczególnych alergenów udostępniane są w szkole na tablicy jadłospisów, stronie internetowej lub u intendenta placówki.

Wszelkiego rodzaju wędliny zgodnie z informacjami od producentów mogą zawierać śladowe ilości **glutenu, jaj, soi, gorczycy, sezamu**. **Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:** zioła prowansalskie, kminek, oregano suszone, bazylia suszona, pieprz, papryka słodka/ ostra mielona, ziele angielskie, majeranek, gałka muskatołowa, imbir mielony, tymianek, cynamon mielony, ocet jabłkowy, liść laurowy, lubczyk suszony, pieprz biały, zioła dalmatyńskie

**INFORMACJA O ALERGENACH POWODUJĄCYCH NIETOLERANCJĘ POKARMOWE ZGODNE Z ROZPORZĄDZENIEM PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011r. W SPRAWIE PRZEKAZYWANIA KONSUMENTOM INFORMACJI NA TEMAT ŻYWNOŚCI.**

## DROGI RODZICU (OPIEKUNIE) !

W naszej kuchni używane są produkty zawierające alergeny pokarmowe i produkty powodujące nietolerancje pokarmowe, w tym produkty zawierające „ŚLADOWE ILOŚCI ALERGENÓW” lub „MOGĄCE ZAWIERAĆ ALERGENY” wymienione poniżej:

**Alergen** - każda substancja wywołująca reakcję alergiczną (uczuleniową).

W celu ułatwienia, dla każdego alergenu została przypisana cyfra porządkowa, która również została umieszczona w jadłospisie.

- |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1. ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN, tj. ŻYTO, PSZENICA, JĘCZMIEN, OWIES, ORKISZ I PRODUKTY POCHODNE</b> | W postaci pieczywa pszennego, żytniego, graham, razowego, orkiszowego, mieszanego, kasza manna, kasza jęczmienna, makaronów, mąki, bułki tartej, kawy zbożowej, biszkoptów, innych produktów na bazie mąki ( wypieków, zacierek, klusek lanych, naleśników, knedli, sosów) wędlin |
| <b>2. SKORUPIAKI</b>                                                                                | BRAK                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>3. JAJA I PRODUKTY POCHODNE</b>                                                                  | Składnik kanapek, past, kotletów mięsnych, rybnych i jajecznych, dodatek do dań mącznych; klusek, kopytek, pyz, makaronów, zup; szpinakowa, żurek, szczawiowa                                                                                                                     |
| <b>4. RYBY I PRODUKTY POCHODNE</b>                                                                  | Wchodzą w skład drugiego dania w formie filetów smażonych i gotowanych, kotletów oraz składnik past do śniadań                                                                                                                                                                    |
| <b>5. ORZESZKI ZIEMNE I INNE</b>                                                                    | Desery, forma przekąski                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>6. SOJA I PRODUKTY POCHODNE</b>                                                                  | Chleb razowy z soją, wędliny                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>7. MLEKO I PRODUKTY POCHODNE ŁĄCZNIE Z LAKTOZĄ</b>                                               | Składnik zup mlecznych i niektórych zup zabielenych, przygotowywanych z dodatkiem masła i śmietany, masło, sery białe , żółte– dodatek do kanapek, kefiry, maślanki, jogurty naturalne , budynie, wędliny                                                                         |
| <b>8. SELER I PRODUKTY POCHODNE</b>                                                                 | Seler jako kórzeń Hodyga, składnik zup, surówek, wędlin                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>9. GORCZYCA</b>                                                                                  | Musztarda, wędlina, produkty mięsne                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>10 NASIONA SEZAMU</b>                                                                            | Jako dodatek do surówek i posypka do chleba i bułek                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>11.DWUTLENEK SIARKI</b>                                                                          | Brak                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>12 ŁUBIN</b>                                                                                     | Brak                                                                                                                                                                                                                                                                              |



