

# JADŁOSPIS DEKADOWY- 14.10.2019r – 25.10.2019r

**UWAGA! Szkoła zastrzega sobie zmianę jadłospisu ze względów organizacyjnych.**

Dzień	Śniadanie	Obiad
<b>Poniedziałek</b> <b>14.10.2019r.</b>	Kawa zbożowa, herbata z imbirem, bułka wrocławska z z masłem śmietankowym. Do wyboru: kielbasa krakowska, ser żółty, sałata, pomidor, ogórek kwaszony. <b>Alergeny: 1,2,6,7</b>	<b>zupa:</b> z soczewicy czerwonej <b>II danie:</b> racuchy drożdżowe z konfiturą truskawkową/ cukrem pudrem. Kompot z owoców mieszanych. <b>Alergeny: 1,2,3,5,6,7</b>
<b>Wtorek</b> <b>15.10.2019r.</b>	Napój kakaowy, herbata z cytryną/ miodem naturalnym, chleb razowy, chałka z masłem śmietankowym. <b>Do wyboru:</b> polędwica sopocka, ser almette, dżem 100% owoców truskawkowy, sałata, rzodkiewka, pomidor. <b>Deser:</b> koktajl truskawkowy na jogurcie/ maślanec, wafel pszenno- ryżowy. <b>Alergeny: 1,2,5,6,7</b>	<b>zupa:</b> kalafiorowa z ziemniakami <b>II danie:</b> pączeczka z kurczaka pieczona na ryżu brzożowym, surówka z kapusty pekińskiej i kalarepy z sosem śmietanowo- jogurtowym. Sok jabłkowo- gruszkowy . <b>Alergeny: 1,2,6,7</b>
<b>Środa</b> <b>16.10.2019r.</b>	Zupa mleczna- płatki kukurydziane z miodem, herbata malinowa, bułka poznańska, chleb orkiszowy z masłem śmietankowym. Do wyboru: szynka z indyka, ser biały, sałata, papryka kolorowa, szczypiorek. <b>Alergeny: 1,2,5,6,8</b>	<b>zupa:</b> jarzynowa z kluskami kładzionymi <b>II danie:</b> klopsy w sosie, kasza perlowa, surówka z ogórka kwaszonego. Mus owocowy jabłko- brzoskwinia. Kompot z porzeczki czerwonej. <b>Alergeny: 1,2,3,6,7</b>
<b>Czwartek</b> <b>17.10.2019r.</b>	Kawa mleczna, herbata żurawinowa, bułka ciabata, chleb marchewkowy z masłem śmietankowym. Do wyboru: kielbasa żywiecka, serek śmietankowy, kabanosy drobiowe, sałata, ogórek kwaszony, rzodkiewka, papryka czerwona. <b>Deser:</b> mus malinowy z jogurtem naturalnym, ciastko zbożowe z brzoskwinia. <b>Alergeny: 1,2,5,6,8</b>	<b>zupa:</b> barszcz biały na naturalnym zakwasie <b>II danie:</b> filet rybny w panierce, ziemniaki z masłem, surówka z kapusty kiszzonej. Gruszka. Woda z cytryną, świeżą miętą. <b>Alergeny: 1,2,3,4,6,7</b>
<b>Piątek</b> <b>18.10.2019r.</b>	Kawa zbożowa, herbata wiśniowa, bułka żytnia, chleb pszenny z masłem śmietankowym. Do wyboru: domowy hot- dog, jajko w plastrach z domowym majonezem, szczypiorkiem, polędwica drobiowa, sałata, ogórek świeży, pomidor. <b>Alergeny: 1,2,3,5,6</b>	<b>zupa:</b> gulaszowa <b>II danie:</b> pierogi z serem/ szpinakiem, sosem jogurtowo- czosnkowym. Winogrono różowe. Sok pomarańczowy 100%. <b>Alergeny: 1,2,3,5,6,7</b>

Dzień	Śniadanie	Obiad
-------	-----------	-------

<p><b>Poniedziałek</b> <b>21.10.2019r.</b></p>	<p>Mleko na ciepło z miodem, herbata pomarańczowa, chleb pszenno-żytni, rogal maślany z masłem śmietankowym. <i>Do wyboru:</i> szynka wiejska chuda, serek wiejski naturalny, konfitura wiśniowa, sałata, ogórek konserwowy, papryka żółta. <b>Alergeny: 1,2,5,6</b></p>	<p><b>zupa:</b> meksykańska <b>II danie:</b> makaron z pszenicy durum- kokardki z białym serem, musem malinowym. Mieszanka studencka. Kompot z owoców sezonowych. <b>Alergeny: 1,2,3,5,6,7,8,13</b></p>
<p><b>Wtorek</b> <b>22.10.2019r.</b> W ramach projektu „POZNAJEMY RÓŻNE KRAJE” tydzień azjatycki. Zajęcia kulinarne gr „OB”- owocowe sushi.</p> <p><b>Środa</b> <b>23.10.2019r.</b> W ramach projektu „POZNAJEMY RÓŻNE KRAJE” tydzień azjatycki. Zajęcia kulinarne gr „OC”- owocowe sushi.</p> <p><b>Czwartek</b> <b>24.10.2019r.</b> W ramach projektu „POZNAJEMY RÓŻNE KRAJE” tydzień azjatycki. Zajęcia kulinarne gr „OA”- owocowe sushi.</p>	<p>Zupa mleczna- owsianka z morelami, herbata owocowa, chleb żytni, bułka grahamka z masłem śmietankowym. <i>Do wyboru:</i> schab z liściem, ryba wędzona, sałata, ogórek kwaszony, pomidory cherry. <i>Deser:</i> koktajl jagodowy na jogurcie naturalnym/ kefirze, biszkopt bez cukrowy. <b>Alergeny: 1,2,6,7,11</b></p> <p>Kawa zbożowa, herbata miętowa, chleb pszenny, bułka z dynią, masłem śmietankowym. <i>Do wyboru:</i> poledwica drobiowa, pasztet pieczony, sałata, ogórek świeży, papryka czerwona, kielki warzywne. <b>Alergeny: 1,2,5,6</b></p> <p>Czekolada na ciepło, napar z herbaty czarnej/ miód naturalny/ imbir, chleb słonecznikowy, bułka kajzerka z masłem śmietankowym. <i>Do wyboru:</i> serek waniliowy naturalny, kielbasa szynkowa, ser żółty, sałata, rzodkiewka, pomidor. <i>Deser:</i> placuszki serowe opruszone cukrem pudrem (wypiek własny). <b>Alergeny: 1,2,3,5,6,7</b></p>	<p><b>zupa:</b> barszcz czerwony z ziemniakami <b>II danie:</b> placki ziemniaczane z mięsem drobiowym/ pieczarkami w sosie śmietanowym, ogórek kwaszony. Nektarynka. Kompot truskawkowy z dodatkiem świeżej mięty. <b>Alergeny: 1,2,3,6,7</b></p> <p><b>zupa:</b> ogórkowa z ziemniakami <b>II danie:</b> szynka pieczona w sosie własnym z marchewką, kasza gryczana średnio palona, surówka z buraczków i jabłka. Kompot z rabarbaru i malin. <b>Alergeny: 1,2,6,7</b></p> <p><b>zupa:</b> wiejska <b>II danie:</b> pieczone roladki z indyka, ziemniaki z wody, kolorowa surówka z pomidorem, świeżą bazylią. Chipsy warzywne bez glutenowe. Kompot jabłkowy. <b>Alergeny: 5,6,7</b></p>
<p><b>Piątek</b> <b>25.10.2019r.</b></p>	<p>Bawarka/ mleko, herbata lipowa, bułka wrocławska, chleb owsiany z masłem śmietankowym. <i>Do wyboru:</i> poledwica wędzona, twarożek ze szczypiorkiem, miód naturalny, sałata, ogórek świeży, rzodkiewka. <i>Deser:</i> sałatka owocowa. <b>Alergeny: 1,2,5,6,7</b></p>	<p><b>zupa:</b> pomidorowa z makaronem- kolanko <b>II danie:</b> filet z ryby- morszczuk, pure ziemniaczane z koperkiem, fasola szparagowa z masłem i tartą bułką, surówka z kapusty czerwonej. Jogurt BIO morelowy. Woda z cytryną i świeżą miętą. <b>Alergeny: 1,2,3,4,6,7</b></p>



**SMACZNEGO!**

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

**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:**

1. Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczepy hubrydowe) i produkty pochodne
2. Mleko i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Soja i produkty pochodne
6. Seler zwyczajny i produkty pochodne
7. Gorczyca i produkty pochodne
8. Nasiona sezamu i produkty pochodne
9. Skorupiaki oraz produkty pochodne- brak
10. Orzechy tj. migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca, brazylijskie, pistacjowe oraz produkty pochodne
11. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO<sub>2</sub>.
12. Łubin i produkty pochodne.
13. Orzeszki ziemne (archaidowe) i produkty pochodne.
14. Mięczaki i produkty pochodne.