

## JADŁOSPIS 12-09.-16.09.2022r.

| DATA                                 | ŚNIADANIE<br>Przedszkole   | OBIAD II daniowy<br>Przedszkole 01.09.<br>i szkoła od 08.09.  | PODWIECZOREK<br>Przedszkole                      |
|--------------------------------------|--|---|--|
| <b>12.09.2022r.<br/>Poniedziałek</b> | Chleb z masłem, twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem, kakao [1.2.]            | Zupa kalafiorowa z ziemniakami i jajkiem na kurczaku 200g [1.2.5.7]<br>Ryż z jabłkami prażonymi i cynamonem w polewie jogurtowej<br>250g 100g<br>Kompot 200g                  | Budyń malinowy [1.2.] + gruszka                  |
| <b>13.09.2022r.<br/>Wtorek</b>       | Zupa mleczna z płatkami owsianymi żurawiną, herbata owocowa, śliwka [1.2.]     | Rosół drobiowo-wołowy z makaronem 200g [5.7.2.1]<br>Kotlety mielone 85g [1.2.4.5.śl.il.9.10]<br>Buraczki tarte 75g<br>Ziemniaki 200g<br>Kompot 200g                           | Biszkopty + mleko+ Nektarynka [1.2.]             |
| <b>14.09.2022r.<br/>Środa</b>        | Chleb z masłem i rzodkiewką, kiełbaski wieprzowe z ketchupem, bawarka [1.2.4], | Barszcz ukraiński z ziemniakami na wędzonce 200g [1.4.7]<br>Kurczak w sosie curry 120g [1.2.5]<br>z makaronem 150g [1.2.]<br>Sałatka z pomidorów 65g<br>Kompot 200g           | Jogurt z jagodami + pałeczki kukurydziane [1.2.] |
| <b>15.09.2022r.<br/>Czwartek</b>     | Chleb z masłem, wędliną drobiową i ogórkiem zielonym, kawa zbożowa [1.2.5.]    | Zupa ogórkowa z ryżem na indyku 200g [1.7.5]<br>Leczo warzywne z kiełbasą i boczkiem 120g [1.2.4]<br>Kasza Bułgur 165g [2]<br>Kompot 200g                                     | Forma drożdżowa + kakao + jabłko [1.2]           |
| <b>16.09.2022r.<br/>Piątek</b>       | Chleb z masłem, sałatą, jajkiem, pomidorem i szczypiorkiem, kakao[1.2.]        | Zupa pomidorowa z makaronem na maśle 200g [1.2.7]<br>Mintaj kostka panierowana 110g [1.2.6.11.śl.il.9.10.]<br>Surówka z kiszanej kapusty 90g<br>Ziemniaki 200g<br>Kompot 200g | Melon + herbatniki + kawa zbożowa [1.2]          |
|                                      |  |   |  |
|                                      |  |   |  |

Legenda: Alergeny – numery (1-12)

**Życzymy smacznego!!!**

Autor: Joanna Szulc st. intendent w porozumieniu z kucharzem Dariuszem Kądziałą

Jadłospisy są przygotowywane na podstawie ogólnych zasad układania jadłospisów, uwzględniając stawkę dzienną oraz postanowienia znowelizowanej Ustawy o Żywności i Żywieniu z dn. 1września 2016r. Zastrzegamy sobie prawo do wprowadzania zmian w jadłospisie wynikających z braku dostawy lub zasady pierwszeństwa wydawania prod. spoż. z magazynów.

| <b>ALERGENY</b> |   |  |
|-----------------|---|--|
| <b>NR</b>       | <b>Grupa alergenów</b>  | <b>Występowanie</b>  |
| <b>1</b>        | <b>MLEKO i produkty mleczne</b>   | Masło, zupy mleczne, ser, naleśniki, mizeria ze śmietaną lub jogurtem, surówka z marchwi i jabłek, kakao, kawa zbożowa, sos beszamelowy, kefir, jogurt owocowy i naturalny, czekolada, lody, desery, puree ziemniaczane, tłuszcze do smarowania pieczywa.  |
| <b>2</b>        | <b>GLUTEN</b>   | Pieczywo mieszane, owsianka, musli, naleśniki, kotlet mielony, kotlety i ryby panierowane, gulasze, bułka tarta, kruche ciasto, kasza manna, kaszka kukurydziana, kasza jęczmienna, płatki, otręby, produkty pełnoziarniste, kielki pszenicy, makarony, mieszanki zbóż, kawa zbożowa, sosy, napoje na bazie kakao, mieszanki przypraw, sos sojowy, batony zbożowe, lody z waflem, wędliniarskie specjały |
| <b>3</b>        | <b>CYTRUSY</b>  | Kiwi, cytryna, herbata z cytryną, nektarynki, pomarańcze   |
| <b>4</b>        | <b>WIEPRZOWINA</b>  | Mięso wieprzowe, wędliny   |
| <b>5</b>        | <b>DRÓB</b>   | Mięso drobiowe, wędliny  |
| <b>6</b>        | <b>JAJKA</b>  | Kotlety rybne, kotlety mięsne, kotlety warzywne, naleśniki, kruche ciasto, żółto i białko jaj, jaja w płynie i proszku, spoiwo w mięsie mielonym, pulpety  |
| <b>7</b>        | <b>SELER</b>  | Zupy, surówki z selerem, seler naciowy, liść selera, ziarna selera, sól selerowa, soki warzywne z dodatkiem selera, mięsa duszone z jarzynami, sosy, sałatki delikatesowe, mieszanki przypraw.   |
| <b>8</b>        | <b>GORCZYCA</b>   | Mięso marynowane z gorczycą, sałatki, musztarda, olej gorczycowy, liście i kwiaty gorzycy, warzywa konserwowe, marynaty.   |
| <b>9</b>        | <b>SEZAM</b>  | Mieszanki płatków śniadaniowych, chleb, bułka z ziarnami, kotleciki drobiowe, ciastka z sezamem, ziarno sezamowe, oleje, mąka, sól sezamowa.   |
| <b>10</b>       | <b>SOJA / ziarno sojowe /</b>   | Wędlina, mąka sojowa, olej sojowy, kielki soi, przyprawy, wybory wędliniarskie, niskotłuszczowe produkty na bazie mięsa mielonego.   |
| <b>11</b>       | <b>RYBY</b>   | Kotlety rybne, pasta z makreli, pasta ze śledzi, ryby surowe, gotowane, marynowane, kawior, ikra, żelatyna.  |
| <b>12</b>       | <b>ORZECHY</b>  | Słonecznik, bułka z ziarnami, migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, olej arachidowy, masło arachidowe, orzechy brazylijskie, pistacja, krem orzechowy, pasta orzechowa, masło orzechowe, marcepan, desery, produkty o smaku kawowym, wegetariańskie zamienniki mięsa, sosy.   |
| <b>13</b>       | <b>DWUTLENEK SIARKI oraz siarczyny w stężeniach wyższych niż 10mg/l</b> | Owoce suszone, musli, E220-228: dwutlenek siarki oraz sole kwasu siarkowego  |
| <b>14</b>       | <b>SKORUPIAKI</b>   | Małże, krewetki, raki, kraby, masło rakowe, pasta z krewetek   |
| <b>15</b>       | <b>ŁUBINY</b>   | Mąka łubinowa, białka roślinne (łubiny), w wypiekach   |
| <b>16</b>       | <b>MIĘCZAKI</b>   | Omułki, małże, ostrygi, ślimaki, kalmary, mątwy, ośmiornice, czarny makaron z owocami morza  |
| <b>17</b>       | <b>MIÓD</b>   | Miód naturalny i sztuczny  |

**Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:**

pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, tymianek, zioła prowansalskie, papryka słodka, sól niskosodowa lub morską, cukier waniliowy