**Jadłospis obiadowy od 17.01.2022 r. do 21.01.2022 r.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Data** | **Obiad** | **Zmiany** |
| 17.01.2022 | Krupnik jaglany na masełku 7,9 (ziemniaki, kasza jaglana włoszczyzna, masło, przyprawy, natka pietruszki,)Pieczywo mieszane 1a,1b,3,7 (mąka pszenna, żytnia, jajka, drożdże, przyprawy)Spaghetti z mięsem wp. i sosem pomidorowym 1a,9 ( mąka pszenna, jajka, wieprzowina, koncentrat pomidorowy, olej, włoszczyzna, przyprawy)Cytrynada z miodem (cytryna, woda, miód)+woda mineralna n/g Mandarynka  |  |
| 18.01.2022 | Zupa ogórkowa ze śmietaną na masełku 1a,7,9 ( ziemniaki, ogórki kw, włoszczyzna, śmietana 12%, masło, mąka pszenna, przyprawy, natka pietruszki)Pieczywo mieszane 1a,1b,3,7 (mąka pszenna, żytnia, jajka, drożdże, przyprawy)Ziemniaki z koperkiem ( ziemniaki, koper)Kotlet drobiowy panierowany 1a,1b,3( filet z kurczaka, jajka, mąka pszenna, żytnia, olej jajka, przyprawy)Sałata lodowa z sosem winegret ( sałata lodowa, papryka mix, ogórek zielony, szczypiorek, kukurydza kons. olej, ocet 10%, zioła prow, przyprawy)Kompot śliwkowy (śliwki i cukier) + woda mineralna n/gSerek homogenizowany 7 |  |
| 19.01.2022 | Grochowa na masełku 7,9 ( groch łuskany, ziemniaki, włoszczyzna, masło, czosnek, natka , przyprawy)Pieczywo mieszane 1a,1b,3,7 ((mąka pszenna, żytnia, jajka, drożdże, przyprawy)Pierogi ruskie ze śmietaną lub z cebulką 1a,3,7,9( mąka pszenna. twaróg półtłusty, cebula, jajka, olej, przyprawy)Marchew z jabłkiemWoda mineralna n/gSoczek owocowo-warzywny |  |
| 20.01.2022 | Zupa koperkowa ze śmietaną na masełku 1a,7,9 (ziemniaki, mąka pszenna, masło, śmietana 12%, koper, włoszczyzna, przyprawy, natka pietruszki)Kasza gryczana parowana w piecuGulasz wołowy 1a,9 ( wołowina, cebula, czosnek, mąka pszenna, olej, przyprawy)Ogórek konserwowy ( ogórek zielony, ocet 10%, koper, przyprawy)Kompot wieloowocowy (mieszanka owocowa i cukier) + woda mineralna n/g Banan |  |
| 21.01.2022 | Biały barszcz z jajkiem ze śmietaną na masełku1a,3,7,9( ziemniaki, włoszczyzna, jajko, mleko, śmietana 12%, przyprawy, natka)Pieczywo mieszane 1a,1b,3,7 (mąka pszenna, żytnia, jajka, drożdże, przyprawy)Paluszek rybny dorsza 1a,1b,3,4,( filet z dorsza, mąka pszenna i żytnia, jajko,, cebula, olej, przyprawy)Surówka z kwaszonej kapusty ( kap. kwaszona biała, szczypiorek, olej, przyprawy)Woda mineralna n/gMus jogurtowy truskawkowo-bananowy 7 (jogurt naturalny 2%, banan, truskawki mrożone, cukier opcjonalnie) |  |

Sporządziła: Marzena Jessa

**Jadłospis obiadowy od 24.01.2022 r. do 28.01.2022r.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Data** | **Obiad** | **Zmiany** |
| 24.01.2022 | Zupa rosolnik z kaszą manną 1a,9 ( kasza manna, włoszczyzna, masło, ziemniaki, natka, przyprawy)Pieczywo mieszane 1a,1b,3,7 (mąka pszenna, żytnia, jajka, drożdże, przyprawy)Łazanki z kapustą białą i kwaszoną oraz mięsem 1a,3,9 ( mąką pszenna, jajko, kapusta biała i kwaszona, wieprzowina, cebula, olej, przypraw)Cytrynada z miodem (cytryna, woda, miód)+woda mineralna n/g Owoc  |  |
| 25.01.2022 | Zupa Jarzynowa ze śmietaną na maśle 1a,7,9 ( masło, groszek konserwowy, włoszczyzna, ziemniaki, śmietana 12%, przyprawy, natka pietruszki) Pieczywo mieszane 1a,1b,3,7 (mąka pszenna, żytnia, jajka, drożdże, przyprawy)Ziemniaki z koperkiem( ziemniaki i koper)Stek wp. z cebulką 1a,1b,3,( mięso od szynki, jajko, bułka tarta, olej, przyprawy)Buraczki z chrzanem ( burak, chrzan konserwowy, ocet, cukier)Kompot truskawkowy (truskawka mrożona i cukier) + woda mineralna n/gJogurt owocowy 7 |  |
| 26.01.2022 | Zupa wiejska 1a,9,( mięso od szynki, ziemniaki, włoszczyzna, papryka czerwona, przyprawy)Pieczywo mieszane 1a,1b,3,7 (mąka pszenna, żytnia, jajka, drożdże, przyprawy)Pampuchy na parze z polewą kakaową 1a,3,7 ( mąka pszenna, jajko, drożdże, mleko, kakao)Jabłko i soczek warzywno -owocowyWoda mineralna n/g |  |
| 27.01.2022 | Zupa ziemniaczana na maśle 1a,7,9 ( masło, , włoszczyzna, ziemniaki, mąka pszenna, przyprawy, natka pietruszki)Pieczywo mieszane 1a,1b,3,7 (mąka pszenna, żytnia, jajka, drożdże, przyprawy)Kasza jęczmienna parowana w piecu 1c,Schab duszony w sosie własnym 1a,9 ( wieprzowina, mąka pszenna, olej cebula, przyprawy)Surówka szwedzka 9 ( ogórek kwaszony, cebula, olej, przyprawy)Kompot wieloowocowy (mieszanka owocowa i cukier) + woda mineralna n/gOwoc |  |
| 28.01.2022 | Zupa pieczarkowa ze śmietaną na maśle 1a,3,7,9 (ziemniaki, pieczarki, masło, śmietana 12% włoszczyzna, przyprawy, natka pietruszki,) Pieczywo mieszane 1a,1b,3,7 (mąka pszenna, żytnia, jajka, drożdże, przyprawy)Ziemniaki z koperkiem (ziemniaki, koper)Filet z dorsza panierowany 1a,1b,3,4, (filet z dorsza, jajko, bułka pszenna i żytnia, cebula, przyprawy, olej)Fasolka szparagowa parowana w piecu z masełkiem 7 ( fasolka, masło, przyprawy)Woda mineralna n/gKisiel z owocami ( mąka ziemniaczana, cukier, owoce mrożone) |  |

Sporządziła: Marzena Jessa

W związku z obowiązkiem stosowania m In. Przez placówki szkolne i przedszkolne Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011, us.9, załącznik II – przedstawiamy wykaz danych szczegółowych substancji lub produktów powodujących alergie lub reakcje nietolerancji użyte przy wytwarzaniu żywności i nadal obecne w produkcie gotowym, nawet jeżeli ich forma ulegnie zmianie. Do każdego alergenu pokarmowego została przypisana cyfra porządkowa, która również została umieszczona na jadłospisie.

1.Zboża zawierające gluten

**1a) pszenica, 1b) żyto, 1c) jęczmień, 1d) owies, 1e) orkisz, 1f) kamut**

2..Skorupiaki i produkty pochodne

3.Jaja 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

**8a) migdały, 8b) orzechy laskowe, 8c) orzechy włoskie, 8d)orzechy nerkowca, 8e) orzeszki pekan, 8f) orzeszki brazylijskie, 8g) pistacje/orzechy pistacjowe, 8h)orzechy makadamia**

9.Seler i produkty pochodne

10.Gorczyca i produkty pochodne

11.Nasiona sezamu i produkty pochodne

12.Dwutlenek siarki

13.Łubin

14.Mięczaki

Jadłospis może ulec zmianie. W ciągu dnia dzieci mają nieograniczony dostęp do wody źródlanej niegazowanej.

Obróbka termiczna odbywa się w piecu konwekcyjno-parowym.

|  |
| --- |
| **Gramatura obiadów – przedział wiekowy: 7-15 lat** |
| KOMPOT | 200-250 ml |
| ZUPA | 300-350 ml |
| ZIEMNIAKI | 200-240 g |
| RYŻ (SUCHY) | 80-100 g |
| KASZA (SUCHA) | 80-100 g |
| MAKARON (SUCHY) | 80-100 g |
| MIĘSO | 100-130g |
| DANIA MĄCZNE | 250-300 g |
| DANIA JEDNOGARNKOWE | 300-350g |
| SURÓWKI | 100-120g |
| OWOCE | 100 g |
| JOGURT | 120-150 g |
| SEREK HOMOGENIZOWANY | 120-150 g |
| DESERY MLECZNE | 120-150 g |

Gramatura potraw jest dostosowana do możliwości konsumpcyjnych oraz wieku dziecka.