**JADŁOSPIS ALERGENY 02.10.23 – 13.10.23**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Poniedziałek**  02.10.2023 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa koperkowa z jarzynami i ziemniakami, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - koper  - ziemniaki  - *śmietana ( mleko i przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **10**  **120**  **8** |
| **potrawka drobiowa z makaronem pszennym** | - filet z kurczaka, udziec z kurczaka, filet z indyka  - marchew  - *seler korzenny, seler naciowy 9*\*  - por  - cebula  *- śmietana ( przetwory mleczne 7\*)*  *- mąka pszenna (gluten 1\*)*  *- makaron pszenny (jaja 3\*, gluten 1\*)* | **80**  **30**  **20**  **8**  **6**  **6**  **3**  **55** |
|  |  |  |
| **ogórek kiszony** | - ogórek kiszony | **80-90** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
| **śliwka** | **- śliwka** | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Wtorek**  03.10.2023 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa jarzynowa z makaronem pszennym, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - jarzyny mix  - *makaron pszenny (jaja 3\*, gluten 1\*)*  - *śmietana (przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **25**  **25**  **8** |
| **pulpet w sosie pomidorowym** | *-* mięso mielone ( wołowo – wieprzowe )  - *jaja kurze 3\**  - *czerstwa weka pszenna ( gluten 1\*)*  - cebula  - olej rzepakowy  - czosnek  *- bułka tarta ( gluten 1\*)*  *- śmietana ( przetwory mleczne 7\*)*  *- kasza manna (gluten 1\*)*  *- mąka pszenna (gluten 1\*)*  - koncentrat pomidorowy | **80**  **5**  **8**  **4**  **8**  **1**  **9**  **6**  **6**  **3**  **7** |
| **ziemniaki purée** | - ziemniaki  - *masło ( przetwory mleczne 7\*)*  - koper | **240**  **2**  **3** |
| **surówka z selera, jabłka, rzodkiewki, pora i szczypiorku z jogurtem naturalnym** | *- seler korzenny 9\**  *-* jabłko  - szczypiorek  - por  - rzodkiewka  - *jogurt naturalny (przetwory mleczne 7\*)* | **70**  **25**  **10**  **8**  **10**  **8** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Środa**  04.10.2023 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa pomidorowa z jarzynami i ryżem, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka)  - koncentrat pomidorowy  - ryż  *- śmietana (przetwory mleczne 7*\*) | **60**  **18**  **30**  **8** |
| **pierogi ruskie** | *- mąka pszenna ( gluten 1\*)*  *- ser biały (przetwory mleczne 7\*)*  *-* ziemniaki  *- jajka 3\**  - cebula  - olej | **65**  **60**  **50**  **14**  **5**  **3** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól,  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
| **banan** | **-** banan | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Czwartek**  05.10.2023 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **rosół z jarzynami i makaronem pszennym, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - udziec z kurczaka  - *makaron jajeczny (gluten 1\*, jaja 3\*)* | **60**  **60**  **25** |
| **roladki drobiowe** | *-* roladki drobiowe  - *jajka 3\**  - *mąka pszenna (gluten 1\*)*  - *bułka tarta (gluten 1\*)*  - olej | **80**  **5**  **15**  **10**  **8** |
| **ziemniaki** | *-* ziemniaki  - *masło (przetwory mleczne 7\*)*  *-* koper | **240**  **2**  **3** |
| **surówka z kapusty pekińskiej i winogrona z oliwą** | - kapusta pekińska  - winogron  - oliwa z oliwek | **85**  **30**  **6** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Piątek**  06.10.2023 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa kalafiorowa z jarzynami i ryżem, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - kalafior  *-* ryż  *- śmietana (mleko i przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **25**  **25**  **8** |
| **jajko w sosie koperkowym** | *- jajko3\**  - koper  - cebula  *- śmietana (przetwory mleczne 7\*)*  *- mąka pszenna* | **1szt**  **8**  **10**  **6**  **3** |
| **ziemniaki purée** | - ziemniaki  - *masło ( przetwory mleczne 7\*)*  - koper | **240**  **1,5**  **3** |
| **marchewka mini** | - marchewka mini | **100** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
| **gruszka** | **- gruszka** | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Poniedziałek**  09.10.2023 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa ziemniaczana z jarzynami, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  *-* ziemniaki  *-śmietana (mleko i przetwory mleczne7\*)* | **60**  **140**  **8** |
| **wieprzowina po meksykańsku z ryżem** | - mięso wieprzowe ( szynka kulka)  - kukurydza  - fasola czerwona  - papryka  - marchew  - pomidory  - cebula  - olej  - *mąka pszenna (gluten 1\*)*  *-* ryż | **80**  **8**  **10**  **15**  **20**  **25**  **10**  **3**  **3**  **60** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
|  | **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
|  | **banan** | - banan | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Wtorek**  10.10.2023 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa szpinakowa z jarzynami i makaronem pszennym, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - szpinak  *-* *makaron pszenny (jaja 3\*, gluten 1\*)*  *- śmietana ( przetwory mlecze 7\*)* | **60**  **25**  **25**  **8** |
| **filet z kurczaka w płatkach kukurydzianych** | *-* filet z kurczaka  *- jajka 3\**  *- mąka pszenna ( gluten1\*)*  *- bułka tarta (gluten1\*)*  *- płatki kukurydziane (gluten 1\*)*  - olej | **80**  **8**  **10**  **15**  **15**  **8** |
| **ziemniaki purée** | - ziemniaki  - *masło ( przetwory mleczne 7\*)*  - koper | **240**  **2**  **3** |
| **surówka z kapusty pekińskiej, pomidorków koktajlowych i bazylii z oliwą** | - kapusta pekińska  - pomidorki koktajlowe  - bazylia  - oliwa z oliwek | **80**  **25**  **10**  **6** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól,  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
|  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Środa**  11.10.2023 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **kapuśniak z kiszonej kapusty z jarzynami i ziemniakami, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta włoska)  - kapusta kiszona  - ziemniaki  - *kiełbasa podwawelska (soja6\*, seler9\*)*  *- boczek wędzony (soja6\*, seler9\*)* | **60**  **25**  **120**  **15**  **15** |
| **naleśniki z twarożkiem polane jogurtem truskawkowym** | *- mąka pszenna (gluten 1\*)*  *- jaja 3\**  *- mleko ( przetwory mlecze7\*)*  - cukier  - olej rzepakowy  - *ser biały*  *- jogurt naturalny (przetwory mleczne 7\*)*  *-* truskawki | **60**  **12**  **20**  **6**  **6**  **80**  **12**  **30** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól,  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
| **śliwka** | - śliwka | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Czwartek**  12.10.2023 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa brokułowa z jarzynami i makaronem pszennym, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - brokuły  - *makaron pszenny (jaja 3\*, gluten 1\*)*  - *śmietana (mleko i przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **30**  **25**  **8** |
| **schab w sosie cebulowym z kaszą jęczmienną** | - schab b/k  - olej rzepakowy  - cebula  - *mąka pszenna (gluten 1\*)*  - *śmietana ( przetwory mleczne 7\*)*  *- kasza jęczmienna (gluten 1\*)* | **90**  **5**  **12**  **4**  **10**  **55** |
|  |  |  |
| **surówka z marchewki i jabłka z jogurtem naturalnym** | - marchew  - jabłko  - *jogurt naturalny (przetwory mleczne 7\*)* | **90**  **35**  **8** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Piątek**  13.10.2023 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa selerowa z jarzynami i ryżem, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - *seler korzenny, seler naciowy 9\* (jaja 3\*, gluten 1\*)*  - ryż  - *śmietana (przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **25**  **25**  **8** |
| **dorsz zmielony w panierce** | *- dorsz4\**  *- jaja3\**  *- mąka pszenna ( gluten1\*)*  *- bułka tarta ( gluten1\*)*  *- czerstwa weka pszenna (gluten 1\*)*  *-* olej | **80**  **8**  **10**  **15**  **8**  **8** |
| **ziemniaki purée** | - ziemniaki  - *masło ( przetwory mleczne 7\*)*  - koper | **240**  **2**  **3** |
| **surówka z kapusty czerwonej i jabłka z oliwą** | - kapusta czerwona  - jabłko  - cebula  - oliwa | **70**  **30**  **8**  **7** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |

W związku z obowiązkiem stosowania m.in. przez placówki szkolne - Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011,

które mówi o obowiązku przekazywania konsumentom informacji na temat obecnych w serwowanej żywności składników lub innych substancji mogących powodować alergie nietolerancji, zamieszczamy do ogólnego zapoznania się wyciąg z w/w rozporządzenia, tj "WYKAZ ALERGENÓW W ŻYWNOŚCI.”

ALERGENY W ŻYWNOŚCI

**1. GLUTEN** tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne;

**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, (łącznie z laktozą );

**8. Orzechy,** tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia a także produkty pochodne

**9. Seler** i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne;

**12. Dwutlenek siarki i siarczyny** w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO 2 dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia

**13. Łubin** i produkty pochodne;

**14. Mięczaki** i produkty pochodne.