

## JADŁOSPIS DEKADOWY

26.02.-8.03.2024 r.

| <i>Data</i>                | <i>Zupa</i>  | <i>Drugie danie</i>   |
|----------------------------|--|---|
| 26.02.2024<br>Poniedziałek | Kapuśniak z białej kapusty, marchew, pietruszka, seler ,por z ziemniakami, kurczakiem, pomidory z zieloną pietruszką i z koperkiem z (9)* 300 ml, chleb razowy (1)* chleb pszenny (1)* | Ryż zapiekany z jabłkami i polewą śmietankowo-jogurtowa 200 /60 g (1,7)* kompot z owoców mieszanych / woda 250 ml owoc                      |
| 27.02.2024<br>Wtorek       | Krupnik z kurczakiem, marchew, pietruszka, seler ,por, ziemniaki z zieloną pietruszką i z koperkiem(9)* 300ml chleb pszenno-żytni (1)*   | Kotlet z fileta drobiowego (3)* ziemniaki z koperkiem (7)* surówka z marchwi pory ,jabłka z jogurtem , Herbata z cytryną / woda, 250ml owoc |
| 28.02.2024<br>Środa        | Zupa szczawiowa z ziemniakami , pietruszka, seler, por , z zieloną pietruszką i z koperkiem (,9)* 300 ml chleb pszenno-żytni (1)*  | Spaghetti z sosem i mięsem oregano ,bazylia ( 1,3)* kompot z owoców mieszanych / woda 250 ml owoc   |
| 29.02.2024<br>czwartek     | Zupa pomidorowa z makaronem z marchewką, pietruszka, seler ,por , ziemniaki z zieloną pietruszką i z koperkiem (7,9)* 300 ml chleb pszenno-żytni (1)*                                  | Gulasz z szynki 80/40 g, kasza (1)* ogórek kiszony kompot z owoców mieszanych / woda 250 ml owoc  |
| 01.03.2024<br>Piątek       | Żurek z jajkiem z ziemniakami marchew, pietruszka, seler ,por, z zieloną pietruszką i , śmietanka 300 ml(7,9)* chleb pszenno- żytni (1)*   | Kopytka w sosie pieczarkowym (3,,7) sałatka z buraków czerwonych z cebulką , herbata z cytryną /woda 250ml, owoc                            |

|                            |  |  |
|----------------------------|--|--|
| 04.03.2024<br>Poniedziałek | Zupa ogórkowa z kurczakiem, marchew, pietruszka, seler ,por z ziemniakami, z zieloną pietruszką (7,9)*300 ml chleb pszenno-żytni (1)*  | Makaron z serem i musem truskawkowym (1,7)* kompot z owoców mieszanych / woda, 250 ml owoc   |
| 05.03.2024<br>Wtorek       | Zupa grysikowa z kurczakiem, marchew, pietruszka, seler ,por, ziemniaki z zieloną pietruszką i z koperkiem 300 ml (,9)* chleb pszenno-żytni (1)*                                 | Kotlet po parysku 90 g (1,3)* ziemniaki z koperkiem (7)* surówka z marchwi i chrzanem w jogurcie, napój cytrynowy / woda 250 ml owoc |
| 06.03.2024<br>Środa        | Zupa pieczarkowa z makaronem , marchew, pietruszka, seler ,por, ze śmietaną z zieloną pietruszką i z koperkiem (1,9)*300 ml,   | Kiełbasa po węgiersku (7,)* , kompot z owoców mieszanych/ woda owoc  |
| 07.03.2024<br>czwartek     | Zupa krem z dyni marchew, pietruszka, seler ,por, z ziemniakami, z zieloną pietruszką (7,9)* chleb (1)*  | Kotlet mielony , ziemniaki ,koperek sałata ze szczypiorem rzodkiewką ze śmietaną kompot z owoców mieszanych / woda                   |
| 08.03.2024<br>Piątek       | Barszcz czerwony z ziemniakami , z makaronem na kurczakiem, marchew, pietruszka, seler ,por , śmietanka z zieloną pietruszką i z koperkiem 300ml (,9)* chleb pszenno- żytni (1)* | Kotlet z ryby 90 g, ziemniaki z koperkiem (7)* surówka z kiszanej kapusty herbata z cytryna / woda owoc                              |
|                            |  |  |

)\* Cyfry oznaczają substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji zgodnie z wykazem widocznym na tablicy w stołówce szkolnej i stronie internetowej szkoły.

Dania obiadowe przygotowywane są w piecu konwekcyjno –parowym.

Zapewnia on przygotowanie dań o lepszej jakości, soczystości z mniejszą zawartością tłuszczu.

Pozwala zachować pełne wartości odżywcze żywności.

\*Stołówka szkolna zastrzega sobie prawo do niewielkich modyfikacji w jadłospisie

### **Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji:**

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz, pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies 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.
8. Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje 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.
13. Łubin i produkty pochodne.
14. Mięczaki i produkty pochodne.