

JADŁOSPIS

poniedziałek 06.03

śniadanie: płatki kukurydziane z jogurtem naturalnym; kanapka z 1/2 bułki grahamki sałatą, serem żółtym i papryką; ogórek do chrupania; herbata z cytryną; mleko (1, 7)

zupa: krupnik (1,9)

drugie danie: makaron z sosem bolognese; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika (1, 3)

drugie danie wegetariańskie: makaron z sosem z pomidorów pelati z ziołami; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika (1, 3, 9)

napój: sok, woda mineralna z cytryną

podwieczorek: pałka kukurydziana One Snack; sok (1)

wtorek 07.03

śniadanie: kasza manna z musem truskawkowym; kanapka z 1/2 bułki z szynką, sałatą lodową i papryką ; warzywa do chrupania; kakao (1, 7)

zupa: brokułowa (7, 9)

drugie danie: racuchy z tartymi jabłkami; sałatka owocowa (1,3,7)

drugie danie wegetariańskie: racuchy z tartymi jabłkami, sałatka owocowa (1,3,7)

napój: woda mineralna z cytryną

podwieczorek: przekąska „porcja dobra” 100% owoców; woda mineralna

środa 08.03

śniadanie: jajecznica z 1 jajka na maśle; kanapka z pieczywa razowego, ogórek, papryka ; warzywa do chrupania; herbata z cytryną; kakao (1, 3, 7)

zupa: kapuśniak (7, 9)

drugie danie: klopsiki wieprzowo-drobiowe; sos pieczeniowy; kasza bulgur; buraczki na ciepło (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: medalion z kaszy jaglanej, ze szpinakiem i ziarnami słonecznika; kasza bulgur; buraczki na ciepło (1, 3, 7)

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: Flips baton kakaowy Sante; sok (1,7)

czwartek 09.03

śniadanie: kanapka z 1/2 bułki z masłem, sałatą, kiełbasą żywiecką i ogórkiem ; crunchy z owocami na mleku bez laktozy; rzodkiewka do chrupania; kakao; herbata z cytryną (1, 5, 7, 11)

zupa: rosół z makaronem i marchewką (1, 3, 9)

drugie danie: filet z indyka panierowany; ziemniaki; surówka z tartej marchewki ze śmietaną (1, 3, 10)

drugie danie wegetariańskie: boczniki panierowane; ziemniaki; surówka z tartej marchewki ze śmietaną (1, 3)

napój: herbata z cytryną; woda mineralna

podwieczorek: Fit ciastka zbożowe z kakao Sante; woda mineralna (1,7)

piątek 10.03

śniadanie: zupa mleczna; tost pełnoziarnisty z serem mozzarella, sos pomidorowy; warzywa do chrupania; herbata malinowa (1, 3, 7)

zupa: pomidorowa (1, 3, 7, 9)

drugie danie: filet z mintaja panierowany; ryż; surówka z kiszzonej kapusty, z marchewką i jabłkiem (1, 3, 4)

drugie danie wegetariańskie: placki z tartej cukinii; dip pietruszkowy; surówka z kiszzonej kapusty, z marchewką i jabłkiem (1, 3, 7)

napój: sok, woda mineralna

podwieczorek: herbatniki szkolne Kubuś, sok (1,3,7)

WYKAZ ALERGENÓW:

1. Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) i produkty pochodne
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jajka 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, nerkowce, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje, orzechy makadamia i produkty pochodne
9. Seler zwyczajny 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/l w przeliczeniu na SO₂
13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne