

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU
PONIEDZIAŁEK 22.04.2024r.	ŚNIADANIE "0"	<p><u>Pieczycwo wieloziarniste:</u> mąka pszenna, mąka żytnia, mąka żytnia razowa, woda, sól, drożdże mieszanka wieloziarnista płatki żytnie, płatki owsiane, siemię lniane, słonecznik, soja-płatki, grys masło (tłuszcz 82%, śmietanka pasteryzowana)</p> <p><u>Jajko gotowane:</u> jajko</p> <p><u>Pasta rybno-twarogowa:</u> makrela w oleju, ser biały (mleko pasteryzowane, kultury bakterii fermentacji mlekowej), szczypiorek.</p> <p><u>Rukola</u></p> <p><u>Pomidor</u></p> <p><u>Rzodkiewka</u></p> <p><u>Bawarka:</u> woda, mleko 2 %, herbata, cukier.</p>
	OBIAD	<p><u>Zupa gulaszowa:</u> woda, wieprzowina-szynka b/k, ziemniaki, marchew, papryka świeża, seler, cebula, pietruszka, śmietana 18% (z mleka), koncentrat pomidorowy(koncentrat pomidorowy, woda, sól), olej rzepakowy, mąka pszenna, czosnek, ziele angielskie, sól, liść laurowy, papryka słodka papryka ostra, kminek, natka pietruszki.</p> <p><u>Pieczycwo mieszane:</u> mąka pszenna, mąka żytnia, woda, drożdże, sól, mieszanka wieloziarnista: płatki żytnie, płatki owsiane, siemię lniane, słonecznik, soja-płatki, grys</p> <p><u>Ryż z jabłkami i polewą jogurtowo-cynamonową:</u> ryż, jabłka prażone(jabłka, cukier, kwas cytrynowy),mleko2%, jogurt naturalny(mleko pasteryzowane, śmietanka pasteryzowana, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych), masło(tłuszcz 82%, śmietanka pasteryzowana), śmietana 18 % (z mleka), cukier, cynamon.</p> <p><u>Woda mineralna</u></p> <p><u>Banan</u></p>
	PODWIECZOREK "0"	<p><u>Frytki warzywne:</u> ziemniaki, marchewka</p> <p><u>Dip koperkowy:</u> jogurt naturalny (mleko pasteryzowane, śmietanka pasteryzowana, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych), koper.</p>

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU
WTOREK 23.04.2024r.	ŚNIADANIE "0"	<p><u>Kluski lane na mleku:</u> mleko 2%, mąka pszenna, jajka.</p> <p><u>Bulka musli z masłem:</u> mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, cukier, oleje roślinne, sól, masło (tłuszcz 82%, śmietanka pasteryzowana).</p> <p><u>Frużelina wiśniowa:</u> wiśnie, woda, cukier, mąka ziemniaczana.</p> <p><u>Paszтет drobiowy:</u> mięso drobiowe, wątroba wieprzowa, bułka tarta (mąka żytnia i pszenna , mleko, nasiona sezamu, soja), tłuszcz wieprzowy , cebula, marchew, seler, sól, laktoza, białko mleka, białka sojowe, skrobia kukurydziana.</p> <p><u>Roszonka</u></p> <p><u>Pomidorki koktajlowe</u></p> <p><u>Kalarepka</u></p> <p><u>Herbatka malinowa:</u> woda, hibiskus, owoc maliny, dzikiej róży, aromat</p>
	OBIAD	<p><u>Zupa pieczarkowa:</u> woda ,ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, kurczak, cebula, śmietana 18 %(z mleka) , mąka pszenna, pieczarki, sól, pieprz czarny, lubczyk, liść laurowy, ziele angielskie.</p> <p><u>Pieczyno mieszane:</u> mąka pszenna, mąka żytnia, woda, drożdże, sól, mieszanka wieloziarnista: płatki żytnie, płatki owsiane, siemię lniane, słonecznik, soja-płatki, grys</p> <p><u>Pieczone udko paprykowo-ziolowe:</u> udko z kurczaka, olej rzepakowy, kurkuma, sól, papryka słodka i ostra, czosnek granulowany, majeranek.</p> <p><u>Ziemniaki:</u> ziemniaki, woda, sól, koper</p> <p><u>Mix sałat z prażonym słonecznikiem:</u> sałata, rukola, roszponka, słonecznik, rzodkiewka, szczypiorek, śmietana 18% (z mleka)</p> <p><u>Kompot wieloowocowy:</u> woda, mieszanka owoców (śliwka , aronia, wiśnia, porzeczka czerwona)</p>
	PODWIECZOREK "0"	<p><u>Kefirowy koktajl brzoskwiniowy:</u> kefir (mleko pasteryzowane, śmietanka pasteryzowana, białka mleka, żywe kultury bakterii drożdży kefirowych), brzoskwinie konserwowe.</p>

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU
ŚRODA 24.04.2024r.	ŚNIADANIE "0"	<p><u>Bułka kukurydziana z masłem:</u> mąka pszenna, woda, mąka kukurydziana, drożdże, woda, sól, słonecznik, dynia, ser żółty (mleko), masło (tłuszcz 82%, śmietanka pasteryzowana).</p> <p><u>Szynka gotowana:</u> szynka wieprzowa, woda, sól, aromat, glukoza, przyprawy, azotyn sodu, (może zawierać gorczycę, mleko, seler).</p> <p><u>Jajecznicą ze szczypiorem:</u> jajka, masło (z mleka), szczypior, sól.</p> <p><u>Papryka żółta</u></p> <p><u>Salata masłowa</u></p> <p><u>Ogórek kiszony:</u> (ogórek, koper, chrzan, czosnek, sól)</p> <p><u>Kakao:</u> mleko 2%, kakao, cukier</p>
	OBIAD	<p><u>Zupa pomidorowa z makaronem:</u> woda, makaron (woda, mąka pszenna), marchew, mięso drobiowe (kurczak), pietruszka, cebula, seler, por, pomidory krojone (pomidory, sok z pomidorów, kwas cytrynowy), koncentrat pomidorowy (koncentrat pomidorowy, woda, sól), śmietana 18 % (z mleka), mąka pszenna, natka, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, lubczyk</p> <p><u>Kotlet mielony pieczony w piecu:</u> szynka b/k, bułka pszenna (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, cukier, oleje roślinne, sól), jajko, cebula, mleko 2%, bułka tarta (mąka pszenna, woda, drożdże, sól), olej rzepakowy, sól, pieprz czarny, czosnek granulowany.</p> <p><u>Ziemniaki:</u> ziemniaki, woda, sól, koper.</p> <p><u>Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem:</u> kapusta pekińska, jabłko, cebula, jogurt naturalny (mleko pasteryzowane, śmietanka pasteryzowana, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych), olej rzepakowy, koper, ocet jabłkowy.</p> <p><u>Woda z cytryną i miętą:</u> woda, cytryna, świeża mięta</p>
	PODWIECZOREK "0"	<p><u>Talerz warzywny:</u> ogórek świeży, kalarepka, marchewka</p>

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU
CZWARTEK 25.04.2024r.	ŚNIADANIE "0"	<p><u>Pieczyno razowe:</u> mąka pszenna, mąka żytnia, mąka żytnia razowa, woda, sól, drożdże, mieszanka wieloziarnista płatki żytnie, płatki owsiane, soja-płatki, grys masło (tłuszcz 82%, śmietanka pasteryzowana)</p> <p><u>Parówki wieprzowe z szynki:</u> mięso wieprzowe -szynka, sól, błonnik pszenny, kasza manna(gluten)skrobia, stabilizatory, aromaty, przyprawy, (gorczyca).</p> <p><u>Ketchup:</u> przecier pomidorowy, cukier, ocet, sól, skrobia kukurydziana, aromat naturalny (może zawierać seler)</p> <p><u>Serek wiejski z rzodkiewką:</u> rzodkiewka, mleko pasteryzowane, kultury bakterii fermentacji mlekowej</p> <p><u>Ogórek świeży</u></p> <p><u>Pomidor</u></p> <p><u>Rukola</u></p> <p><u>Kawa zbożowa:</u> zboża: jęczmień, żyto, cykoria, mleko 2 %, cukier</p>
	OBIAD	<p><u>Zupa porowa:</u> woda, ziemniaki, por, marchew, pietruszka , seler, cebula, kurczak, śmietana 18 %(z mleka), masło(tłuszcz 82%, śmietanka pasteryzowana), mąka pszenna, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie.</p> <p><u>Pieczyno mieszane:</u> mąka pszenna, mąka żytnia, woda, drożdże, sól, mieszanka wieloziarnista: płatki żytnie, płatki owsiane, siemię lniane, słonecznik, soja-płatki,</p> <p><u>Gulasz węgierski wołowy:</u> woda, wołowina b/k, papryka, cebula, śmietana (z mleka), mąka pszenna, koncentrat pomidorowy (koncentrat pomidorowy, woda, sól), sól, pieprz czarny, papryka słodka i ostra, kminek, liść laurowy, ziele angielskie, czosnek, natka pietruszki.</p> <p><u>Kaszotto:</u> kasza jęczmienna, kasza bulgur (pszenica), woda.</p> <p><u>Fasolka szparagowa gotowana na parze</u> fasolka szparagowa zielona i żółta, masło (tłuszcz 82%, śmietanka pasteryzowana).</p> <p><u>Kompot:</u> woda, mieszanka owoców (śliwka, aronia, wiśnia, porzeczka czerwona), cukier..</p> <p><u>Jabłko</u></p>
	PODWIECZOREK "0"	<p><u>Serek truskawkowy:</u> ser twarogowy (mleko pasteryzowane, kultury bakterii fermentacji mlekowej), truskawki, jogurt naturalny(mleko pasteryzowane, śmietanka pasteryzowana, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych), cukier.- wyrób własny</p>

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU
PIĄTEK 26.04.2024r.	ŚNIADANIE "0"	<p><u>Płatki jaglane na mleku:</u> mleko 2%, płatki jaglane</p> <p><u>Bulka grahamka z masłem:</u> mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, cukier, oleje roślinne, sól, masło (tłuszcz 82%, śmietanka pasteryzowana).</p> <p><u>Twarożek tzatziki:</u> ser twarogowy (mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych), ogórek zielony, śmietana 18% (z mleka), czosnek, zioła sałatkowe.</p> <p><u>Pasta drobiowa:</u> filet z kurczaka, marchew, pietruszka, seler, masło (z mleka), musztarda (woda, gorczyca, ocet, cukier, sól)_wyrób własny</p> <p><u>Papryka czerwona</u></p> <p><u>Rzodkiewka</u></p> <p><u>Pomarańcza</u></p> <p><u>Herbata z cytryną i miodem:</u> woda, cytryna, miód, herbata.</p>
	OBIAD	<p><u>Zupa Halaszle:</u> woda, ziemniaki, ryba miuna, papryka, pomidory krojone (pomidory, sok z pomidorów, kwas cytrynowy), marchew, seler, pietruszka, olej rzepakowy, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka i ostra, sól.</p> <p><u>Pieczyczo mieszane:</u> mąka pszenna, mąka żytnia, woda, drożdże, sól, mieszanka wieloziarnista: płatki żytnie, płatki owsiane, siemię lniane, słonecznik, soja-płatki, grys</p> <p><u>Kopytka z masłem i bułką:</u> producent garmażerka „Alicja”: ziemniaki , mąka pszenna, jajko woda, mąka ziemniaczana, sól; bułka tarta(mąka pszenna, woda, drożdże, sól), masło (tłuszcz 82%, śmietanka pasteryzowana).</p> <p><u>Surówka z marchewki i selera:</u> marchew, seler, rodzynki, jogurt naturalny (mleko pasteryzowane, śmietanka pasteryzowana, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych), pieprz czarny,</p> <p><u>Kompot porzeczkowy:</u> woda, porzeczka czarna, cukier</p>
	PODWIECZOREK "0"	<p><u>Jogurt naturalny:</u> (mleko pasteryzowane, śmietanka pasteryzowana, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych</p> <p><u>Mandarynka</u></p>

Uwaga:

1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w kuchni szkolnej: **zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/arachidowe, orzechy (migdał, orzechy laskowe, orzechy włoskie, nerkowce, orzechy pekan, orzechy pistacjowe orzechy makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczany, lubin, mięczaki**. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady
2. Z przyczyn obiektywnych, niezależnych od stołówki szkolnej, jadłospis może ulec zmianie.
3. Szczegółowy wykaz składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u intendenta.
4. Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: bazylia, curry (kurkuma, sól, cebula, papryka słodka, cukier, czosnek, kmin rzymski, korzeń lubczyku, kardamon, kozieradka, goździki, nasiona kolendry, koper, liść laurowy, gorczyca, suszone mango, kukurydza, chili, imbir, pieprz czarny) , cynamon, cząber, czosnek, estragon, gałka muskatołowa, goździki, imbir, kardamon, kminek, kolendra, liść laurowy, oregano , majeranek, papryka słodka i ostra, pieprz czarny, pieprz ziołowy (**gorczyca**, kminek, kolendra, chili, papryka, majeranek, cząber, tymianek, liść laurowy), rozmaryn, ziele angielskie, zioła prowansalskie (rozmaryn, tymianek, majeranek, oregano, bazylia, cząber, szalwia, mięta), zioła sałatkowe (natka pietruszki, szczypiorek, liść kopru, liść lubczyku, majeranek, tymianek, cząber, estragon).
Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości: **glutenu, jaj, mleka, soi, orzeszków ziemnych, sezamu, orzechów, selera i gorzycy**.