

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU
<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>06.05.2024r.</b>	<b>ŚNIADANIE</b> <b>„0”</b>	<p><b><u>Pieczyno razowe:</u></b> mąka <b>pszenna</b>, mąka <b>żytnia</b>, mąka <b>żytnia</b> razowa, woda, sól, drożdże mieszanka wieloziarnista płatki żytnie, płatki <b>owsiane</b>, siemię lniane, słonecznik, soja-płatki, grys masło (tłuszcz 82%, <b>śmietanka</b> pasteryzowana)</p> <p><b><u>Ser żółty:</u></b> mleko, sól, kultury bakterii, podpuszczka, barwnik (karoteny)</p> <p><b><u>Pasta rybno-jajeczna:</u></b> makrela w oleju, <b>jajko</b>, szczypiorek.</p> <p><b><u>Rukola</u></b></p> <p><b><u>Pomidor</u></b></p> <p><b><u>Rzodkiewka</u></b></p> <p><b><u>Herbatka malinowa:</u></b> woda, hibiskus, owoc maliny, dzikiej róży, aromat</p>
	<b>OBIAD</b>	<p><b><u>Zupa z czerwonej soczewicy:</u></b> woda, ziemniaki, łopata wieprzowa, soczewica czerwona, marchew, <b>seler</b>, pietruszka, cebula, koncentrat pomidorowy (koncentrat pomidorowy, woda, sól), olej rzepakowy, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki.</p> <p><b><u>Pieczyno mieszane:</u></b> mąka <b>pszenna</b>, mąka <b>żytnia</b>, woda, drożdże, sól, mieszanka wieloziarnista: płatki <b>żytnie</b>, płatki <b>owsiane</b>, siemię lniane, słonecznik, soja-płatki, grys</p> <p><b><u>Pierogi z mięsem i okrasą</u></b> producent garmazerka „Alicja”: mąka <b>pszenna</b>, mięso wieprzowe, woda, sól, pieprz, liść laurowy; boczek wędzony (mięso wieprzowe, sól, izolat białka <b>sojowego</b>, stabilizator, wzmacniacz smaku, substancje zagęszczające, przeciwutleniacz, błonnik <b>pszenny</b>, regulator kwasowości, substancja konserwująca), słonina, olej rzepakowy.</p> <p><b><u>Surówka szefa:</u></b> kapusta pekińska, fasola czerwona, kukurydza, papryka czerwona, cebula, jogurt naturalny (<b>mleko</b> pasteryzowane, <b>śmietanka</b> pasteryzowana, białka <b>mleka</b>, żywe kultury bakterii jogurtowych), majonez (olej rzepakowy, <b>jaja</b>, sól) koper, ocet jabłkowy.</p> <p><b><u>Woda cytrynowa:</u></b> woda, sok z cytryny</p>
	<b>PODWIECZOREK</b> <b>„0”</b>	<p><b><u>Jogurt owocowy:</u></b> jogurt naturalny (mleko pasteryzowane, <b>śmietanka</b> pasteryzowana, białka <b>mleka</b>, żywe kultury bakterii jogurtowych), kiwi, banan - wyrób własny.</p>

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU
WTOREK 07.05.2024r.	ŚNIADANIE „0”	<p><b><u>Bułka kukurydziana z masłem:</u></b> mąka <b>pszenna</b>, woda, mąka kukurydziana, drożdże, woda, sól, słonecznik, dynia, ser żółty (mleko), masło (tłuszcz 82%, <b>śmietanka</b> pasteryzowana).</p> <p><b><u>Szynka gotowana:</u></b> szynka wieprzowa, woda, sól, aromat, glukoza, przyprawy, azotyn sodu, (może zawierać <b>gorczycę, mleko, seler</b>).</p> <p><b><u>Humus z ciecierzycy z suszonymi pomidorami:</u></b> ciecierzycyca, cebula, suszone pomidory w oleju, papryka słodka i ostra, szczypiorek.</p> <p><b><u>Papryka żółta</u></b></p> <p><b><u>Roszonka</u></b></p> <p><b><u>Pomidorki koktajlowe</u></b></p> <p><b><u>Kakao:</u></b> mleko 2%, kakao, cukier</p>
	OBIAD	<p><b><u>Żurek z jajkiem:</u></b> woda, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, łopatka b/k, cebula, <b>jajka</b>, śmietana 18 % (z mleka), mąka <b>pszenna</b> razowa, ocet jabłkowy, czosnek, majeranek, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, natka pietruszki.</p> <p><b><u>Pieczywo mieszane:</u></b> mąka <b>pszenna</b>, mąka <b>żytnia</b>, woda, drożdże, sól, mieszanka wieloziarnista: płatki <b>żytnie</b>, płatki <b>owsiane</b>, siemię lniane, słonecznik, soja-płatki, grys</p> <p><b><u>Steki wieprzowe z cebulą:</u></b> szynka b/k, <b>jajka</b>, cebula, mąka <b>pszenna</b>, bułka <b>pszenna</b> (mąka <b>pszenna</b>, woda, mąka <b>żytnia</b>, drożdże, cukier, oleje roślinne, sól), <b>mleko 2 %</b>, olej rzepakowy, sól, pieprz czarny, papryka słodka i ostra..</p> <p><b><u>Ziemniaki:</u></b> ziemniaki, woda, sól, koper.</p> <p><b><u>Mizeria z rzodkiewką:</u></b> ogórek świeży, koperek, szczypiorek, rzodkiewka, jogurt naturalny (<b>mleko</b> pasteryzowane, <b>śmietanka</b> pasteryzowana, białka <b>mleka</b>, żywe kultury bakterii jogurtowych), ocet jabłkowy, sól, pieprz.</p> <p><b><u>Kompot wieloowocowy:</u></b> woda, mieszanka owoców (śliwka, aronia, wiśnia, porzeczka czerwona).</p>
	PODWIECZOREK „0”	<p><b><u>Serek jagodowy:</u></b> ser twarogowy (<b>mleko</b> pasteryzowane, kultury bakterii fermentacji <b>mlekowej</b>), jagody, jogurt naturalny (<b>mleko</b> pasteryzowane, śmietanka pasteryzowana, białka <b>mleka</b>, żywe kultury bakterii jogurtowych) - wyrób własny</p>

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU
<b>ŚRODA</b> <b>08.05.2024r.</b>	<b>ŚNIADANIE</b> <b>„0”</b>	<p><b><u>Kluski lane na mleku:</u></b> mleko 2%, mąka <b>pszenna</b>, jajka.</p> <p><b><u>Bułka musli z masłem:</u></b> mąka <b>pszenna</b>, woda, mąka żytnia, drożdże, cukier, oleje roślinne, sól, masło(tłuszcz 82%, śmietanka pasteryzowana).</p> <p><b><u>Dżem brzoskwiniowy:</u></b> brzoskwinie, cukier, pektyny.</p> <p><b><u>Schab pieczony:</u></b> mięso wieprzowe, woda, sól, izolat białka <b>sojowego</b>, stabilizator, substancja zagęszczająca, wzmacniacz smaku ,przeciwutleniacz, błonnik <b>pszenny</b>, regulator kwasowości, substancja konserwująca,</p> <p><b><u>Salata masłowa</u></b></p> <p><b><u>Ogórek kiszony:</u></b> (ogórek, koper, chrzan, czosnek, sól)</p> <p><b><u>Kalarepka</u></b></p> <p><b><u>Herbatka żurawinowa:</u></b> woda, hibiskus, owoc żurawiny, dzikiej róży, aromat</p>
	<b>OBIAD</b>	<p><b><u>Zupa ryżanka z pomidorami:</u></b> woda, marchew, mięso drobiowe (kurczak), ryż biały, pietruszka, cebula, <b>seler</b>, por, pomidory krojone (pomidory, sok z pomidorów, kwas cytrynowy), koncentrat pomidorowy (koncentrat pomidorowy, woda, sól),natka, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, lubczyk.</p> <p><b><u>Ryba pieczona:</u></b> ryba miruna , mąka kukurydziana, bułka tarta ( mąka <b>pszenna</b>, woda, drożdże, sól),olej rzepakowy, pieprz czarny, sól , tymianek , cytryny.</p> <p><b><u>Ziemniaki:</u></b> ziemniaki, woda, sól, koper.</p> <p><b><u>Surówka Caprese:</u></b> sałata lodowa, sałata rukola, pomidory, ser mozzarella (<b>z mleka</b>), olej rzepakowy, cytryna, pestki dyni, bazyliia, oregano.</p> <p><b><u>Woda pomarańczowa:</u></b> woda, sok z pomarańczy</p>
	<b>PODWIECZOREK</b> <b>„0”</b>	<p><b><u>Banan</u></b></p>

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU
CZWARTEK 09.05.2024r.	ŚNIADANIE „0”	<p><b><u>Pieczywo wieloziarniste:</u></b> mąka <b>pszenna</b>, mąka <b>żytnia</b>, woda, drożdże, sól, mieszanka wieloziarnista: płatki <b>żytnie</b>, płatki <b>owsiane</b>, siemię lniane, słonecznik, soja-płatki, grys</p> <p><b><u>Jajecznica z szynką:</u></b> jajka, szynka gotowana (szynka wieprzowa, woda, sól, aromat, glukoza, przyprawy, azotyn sodu, może zawierać gorczycę, mleko, seler), masło (z mleka)</p> <p><b><u>Serek wiejski ze szczypiorkiem i koperkiem:</u></b> mleko pasteryzowane, kultury bakterii fermentacji <b>mlekowej</b>, szczypior, koperek.</p> <p><b><u>Ogórek świeży</u></b></p> <p><b><u>Pomidor</u></b></p> <p><b><u>Rukola</u></b></p> <p><b><u>Kawa zbożowa:</u></b> zboża: <b>jęczmień, żyto</b>, cykorcia, <b>mleko 2 %</b>, cukier</p>
	OBIAD	<p><b><u>Zupa krem z brokułów:</u></b> woda, brokuł, ziemniaki, marchew, <b>seler</b>, pietruszka, cebula, śmietana 18% (<b>z mleka</b>), masło (tłuszcz 82%, <b>śmietanka</b> pasteryzowana) czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie.</p> <p><b><u>Pieczywo mieszane:</u></b> mąka <b>pszenna</b>, mąka <b>żytnia</b>, woda, drożdże, sól, mieszanka wieloziarnista: płatki <b>żytnie</b>, płatki <b>owsiane</b>, siemię lniane, słonecznik, soja-płatki, grys.</p> <p><b><u>Potrawka z kurczaka:</u></b> udziec z kurczaka, śmietana 18 % (<b>z mleka</b>), cebula, marchew, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b>, <b>mleko 2 %</b>, sól, pieprz, majeranek, natka pietruszki.</p> <p><b><u>Ryż brązowy:</u></b> ryż, woda.</p> <p><b><u>Salsa pomidorowa:</u></b> pomidory, cebula, cytryna, natka.</p> <p><b><u>Kompot porzeczkowy:</u></b> woda, porzeczka czarna</p>
	PODWIECZOREK „0”	<p><b><u>Kolorowe kanapeczki:</u></b> chleb kanapkowy( mąka <b>pszenna</b>, mąka <b>żytnia</b>, woda , drożdże, sól); masło (tłuszcz 82%, <b>śmietanka</b> pasteryzowana); sałata, pomidor, <b>jajko</b>; ser żółty( <b>mleko</b>, sól, kultury bakterii); rzodkiewka, rukola.</p> <p><b><u>Woda cytrynowa z miętą:</u></b> woda, sok z cytryny, świeża mięta</p>

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU
PIĄTEK 10.05.2024r.	ŚNIADANIE „0”	<p><b><u>Zupa mleczna:</u></b> mleko 2%, płatki kukurydziane (gres kukurydziany, cukier trzcinowy, sól morską, melasa cukru trzcinowego).</p> <p><b><u>Pieczywo razowe:</u></b> mąka <b>pszenna</b>, mąka <b>żytnia</b>, mąka <b>żytnia</b> razowa, woda, sól, drożdże mieszanka wieloziarnista płatki żytnie, płatki owsiane, siemię lniane, słonecznik, soja-płatki, grys masło (tłuszcz 82%, <b>śmietanka</b> pasteryzowana)</p> <p><b><u>Ser żółty:</u></b> mleko, sól, kultury bakterii, podpuszczka, barwnik (karoteny)</p> <p><b><u>Zielona pasta:</u></b> groszek zielony, jogurt naturalny (z <b>mleka</b>), czosnek, koperek</p> <p><b><u>Papryka żółta</u></b></p> <p><b><u>Pomidorki koktajlowe</u></b></p> <p><b><u>Herbata z cytryną i miodem:</u></b> woda, cytryna, miód, herbata.</p>
	OBIAD	<p><b><u>Kapuśniaczek z młodej kapusty:</u></b> woda, kapusta biała młoda, szynka wieprzowa, marchew, <b>seler</b>, pietruszka, cebula, pomidory krojone (pomidory, sok z pomidorów, kwas cytrynowy), mąka <b>pszenna</b>, olej rzepakowy, koper, sól, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie, kminek.</p> <p><b><u>Pieczywo mieszane:</u></b> mąka <b>pszenna</b>, mąka <b>żytnia</b>, woda, drożdże, sól, mieszanka wieloziarnista: płatki <b>żytnie</b>, płatki <b>owsiane</b>, siemię lniane, słonecznik, soja-płatki, grys</p> <p><b><u>Makaron z serem i szpinakiem:</u></b> makaron ( mąka <b>pszenna</b>, woda), ser biały (<b>mleko</b> pasteryzowane, kultury bakterii fermentacji <b>mlekowej</b>.), szpinak, bok wędzony (mięso wieprzowe, sól, izolat białka <b>sojowego</b>, stabilizator, wzmacniacz smaku, substancje zagęszczające, przeciwutleniacz, błonnik <b>pszenny</b>, regulator kwasowości, substancja konserwująca),szynka gotowana (szynka wieprzowa ,woda, sól, izolat białka <b>sojowego</b>, stabilizator, substancja zagęszczająca, wzmacniacz smaku ,przeciwutleniacz, błonnik <b>pszenny</b>, regulator kwasowości, substancja konserwująca ),<b>śmietana</b> 18%( z <b>mleka</b>), czosnek świeży, cebula, sól, pieprz.</p> <p><b><u>Jabłko</u></b></p> <p><b><u>Woda mineralna</u></b></p>
	PODWIECZOREK „0”	<p><b><u>Pomarańcza</u></b></p> <p><b><u>Chrupki kukurydziane:</u></b> kaszka kukurydziana</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, łubin, 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 muszkatołowa, 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.**