

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU
PONIEDZIAŁEK 13.05.2024r.	ŚNIADANIE "0"	<p><u>Pieczyno razowe:</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>Pasta jajeczna:</u> jajka, szczypiorek, jogurt naturalny (mleko pasteryzowane, białka mleka, kultury bakterii jogurtowych), koperek.</p> <p><u>Parówki drobiowe:</u> mięso drobiowe, sól, błonnik pszenny, kasza manna (gluten)skrobia, stabilizatory, aromaty, przyprawy, (gorczyca).</p> <p><u>Ogórek kiszony:</u> (ogórek, koper, chrzan, czosnek, sól)</p> <p><u>Papryka żółta</u></p> <p><u>Rzodkiewka</u></p> <p><u>Bawarka:</u> woda, mleko 2 %, herbata, cukier.</p>
	OBIAD	<p><u>Zupa meksykańska:</u> woda, ziemniaki, wołowina udziec b/k, marchew, pietruszka, fasola czerwona, kukurydza, koncentrat pomidorowy (koncentrat pomidorowy, woda, sól), seler, cebula, mąka pszenna, czosnek, sól, pieprz, papryka słodka i ostra, ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki.</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>Ryż z truskawkami:</u> ryż paraboliczny, truskawki, woda, ser twarogowy (mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych), jogurt naturalny (mleko pasteryzowane, śmietanka pasteryzowana, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych), śmietana (z mleka), mleko 2 %, cukier.</p> <p><u>Woda mineralna</u></p>
	PODWIECZOREK "0"	<p><u>Talerz warzywny:</u> marchewka, kalarepka, ogórek świeży.</p>

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU
WTOREK 14.05.2024r.	ŚNIADANIE "0"	<p><u>Kasza manna na mleku:</u> mleko 2%, kasza manna (pszenna).</p> <p><u>Pieczewo 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>Kielbasa żywiecka:</u> mięso wieprzowe ,woda, sól, izolat białka sojowego, stabilizator, substancja zagęszczająca, wzmacniacz smaku, przeciwutleniacz, błonnik pszenny, regulator kwasowości, substancja konserwująca</p> <p><u>Pasta ryбно-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>Kielki rzodkiewki</u></p> <p><u>Herbata z cytryną i miodem:</u> woda, cytryna, miód, herbata.</p>
	OBIAD "0"	<p><u>Zupa jarzynowa z dynią:</u> woda, ziemniaki, marchew, dynia, seler , mięso wieprzowe - szynka b/k, pietruszka, cebula, por, śmietana 18% (z mleka), sól, pieprz czarny, kurkuma, ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki</p> <p><u>Schab po cygańsku:</u> schab wieprzowy, olej rzepakowy, musztarda (woda, gorczyca, ocet spirytusowy, cukier, sól, błonnik cytrusowy, przyprawy, ekstrakty przypraw), cebula, marchewka, ser żółty (mleko, sól, kultury bakterii, podpuszczka, barwnik), sól, pieprz.</p> <p><u>Ziemniaki:</u> ziemniaki, woda, sól, koper.</p> <p><u>Surówka coleslaw:</u> kapusta pekińska, kapusta biała, marchew, chrzan, jogurt naturalny (mleko pasteryzowane, śmietanka pasteryzowana, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych) ocet jabłkowy, cukier, sól, pieprz czarny.</p> <p><u>Kompot wieloowocowy:</u> woda, mieszanka owoców (śliwka, aronia, wiśnia, porzeczka czerwona)</p>
	PODWIECZOREK "0"	<p><u>Miętowe smoothie:</u> woda mineralna, jabłko, banan, natka pietruszki, sok z cytryny, mięta świeża</p> <p><u>Wafel ryżowy:</u> ryż brązowy</p>

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU
ŚRODA 15.05.2024r.	ŚNIADANIE "0"	<p><u>Kluski lane na mleku:</u> mleko 2%, mąka pszenna, jajka.</p> <p><u>Bulka 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>Twarożek tzatzyki:</u> ser twarogowy (mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych), ogórek zielony, śmietana 18% (z mleka), czosnek, zioła sałatkowe.</p> <p><u>Filet z indyka pieczony:</u> filet z indyka, olej rzepakowy, papryka słodka i ostra, pieprz, sól - wyrób własny</p> <p><u>Pomidorki koktajlowe</u></p> <p><u>Salata masłowa</u></p> <p><u>Papryka żółta</u></p> <p><u>Herbatka malinowa:</u> woda, hibiskus, owoc maliny, dzikiej róży, aromat</p>
	OBIAD "0"	<p><u>Zupa królewska:</u> woda, filet z kurczaka, pieczarki, ziemniaki, por, marchew, pietruszka, seler, cebula, śmietana 18 % (z mleka), ser topiony (sery 40%, masło, mleko w proszku, białka mleka, sól), 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, grys</p> <p><u>Kotlety z kaszy jaglanej i soczewicy:</u> kasza jaglana, soczewica, marchewka, cebula, por, jajko, bułka tarta (mąka pszenna, woda, drożdże, sól), pieprz, papryka słodka, czosnek granulowany, sól.</p> <p><u>Sos pomidorowy:</u> pomidory krojone (pomidory, sok z pomidorów, kwas cytrynowy), papryka słodka i ostra, czosnek, olej rzepakowy, oregano, bazylika- wyrób własny</p> <p><u>Fasolka szparagowa gotowana na parze:</u> fasolka szparagowa, masło (tłuszcz 82%, śmietanka pasteryzowana).</p> <p><u>Kompot porzeczkowy:</u> woda, czarna porzeczka, cukier</p>
	PODWIECZOREK "0"	<p><u>Ciasto marchewkowe:</u> marchew, mąka pszenna, mleko 2 %, cukier, jaja, soda, orzechy, cynamon.</p> <p><u>Woda mineralna</u></p>

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU
CZWARTEK 16.05.2024r.	ŚNIADANIE "0"	<p><u>Bulka wieloziarnista:</u> mąka pszenna, mąka żytnia, woda, drożdże, sól, mieszanka wieloziarnista: płatki żytnie, płatki owsiane, siemię lniane, słonecznik, soja-płatki, grys</p> <p><u>Frużelina wiśniowa:</u> wiśnie, woda, cukier, mąka ziemniaczana.</p> <p><u>Ser biały:</u> (mleko pasteryzowane, kultury bakterii fermentacji mlekowej).</p> <p><u>Paszтет wieprzowy:</u> mięso wieprzowe, 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>Ogórek świeży</u></p> <p><u>Pomidorki koktajlowe</u></p> <p><u>Kawa zbożowa:</u> zboża: jęczmień, żyto, cykoria, mleko 2 %, cukier</p>
	OBIAD "0"	<p><u>Rosół z makaronem:</u> woda, marchew, seler, pietruszka, cebula, por, kurczak, szponder wołowy, natka pietruszki, sól, pieprz, lubczyk, makaron (mąka pszenna, woda, jaja, aromat).</p> <p><u>Paprykowo-czosnkowe udko pieczone:</u> udko z kurczaka b/k, olej rzepakowy, kurkuma, sól, papryka słodka i ostra, czosnek świeży.</p> <p><u>Ziemniaki:</u> ziemniaki, woda, sól, koper.</p> <p><u>Salata z rzodkiewką i szczypiorem:</u> sałata masłowa, sałata lodowa, rzodkiewka, szczypior, sos jogurtowy (jogurt naturalny z mleka), ocet jabłkowy, zioła sałatkowe (natka pietruszki, szczypiorek, liść kopru, liść lubczyku, majeranek, tymianek, cząber, estragon).</p> <p><u>Woda cytrynowa</u></p>
	PODWIECZOREK "0"	<u>Banan</u>

DZIEŃ	RODZAJ POSIŁKU	MENU
PIĄTEK 17.05.2024r.	ŚNIADANIE "0"	<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>Ser żółty:</u> mleko, sól, kultury bakterii, podpuszczka, barwnik(karoteny)</p> <p><u>Ser mozzarella:</u> mleko pasteryzowane, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, podpuszczka.</p> <p><u>Pomidor</u></p> <p><u>Kalarepka</u></p> <p><u>Salata lodowa</u></p> <p><u>Kakao:</u> mleko 2%, kakao, cukier</p>
	OBIAD	<p><u>Botwinka z jajkiem:</u> woda, buraki czerwone, botwina, marchew, pietruszka, seler, cebula, śmietana 18%(z mleka), jajka, czosnek, ocet jabłkowy, cukier, mąka pszenna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, natka pietruszki.</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>Makaron z łososiem w sosie śmietanowo- brokułowym:</u> makaron (mąka pszenna, woda), ryba-łosoś, brokuł, śmietana 18 % (z mleka), jogurt naturalny mleko pasteryzowane, śmietanka pasteryzowana, białka mleka, żywe kultury bakterii (jogurtowych) cebula, czosnek, tymianek, sól, pieprz, czosnek granulowany.</p> <p><u>Papryka i marchewka do chrupania</u></p> <p><u>Kompot wiśniowy:</u> woda, wiśnie</p>
	PODWIECZOREK "0"	<p><u>Mus owocowy:</u> przecier z owoców, witamina C.</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**.