**JADŁOSPIS ALERGENY 25.12.23 – 05.01.24**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Środa**27.12.2023 | **OBIAD** | **Masa w g.** |
| **barszcz biały z jarzynami, jajkiem i ziemniakami, zielona pietruszka**zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta  włoska)- zakwas - *jajko 3\***- śmietana (przetwory mleczne 7\*)*- ziemniaki | **60****20****9****8****140** |
| **ryż zapiekany z jabłkami** | - ryż- jabłko- cynamon- cukier- *masło(przetwory mleczne 7\*)* |  **55** **70**  **1** **3** **3** |
|  |  |  |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska- *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2****2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki- cukier- woda | **50****5****200ml** |
| **napój jogurtowy** | **-** *mleko7\*,* żywe kultury bakterii |  **1szt** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Czwartek**28.12.2023 | **OBIAD** | **Masa w g.** |
| **zupa brokułowa z jarzynami i makaronem pszennym, zielona pietruszka**zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta  włoska)- brokuły *- śmietana (przetwory mleczne 7\*)*- *makaron pszenny (jaja 3\*, gluten 1\*)* | **60****25****8****25** |
| **filet z indyka w panierce** | *-* filet z indyka*- jajka 3\***- mąka pszenna ( gluten1\*)**- bułka tarta (gluten1\*)*- olej | **80****8****10****15****8** |
| **ziemniaki purée** | - ziemniaki- *masło ( przetwory mleczne7\*)**-* koper | **240****2****3** |
| **surówka z kapusty czerwonej, cebuli i jabłka z oliwą** | - kapusta czerwona- jabłko- cebula- oliwa | **70****30****7****8** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska- *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2****2** |
| **sok jabłkowy** | - jabłka antonówki | **200ml** |
|  | **kiwi** | - kiwi |  **1szt** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Piątek**29.12.2023 | **OBIAD** | **Masa w g.** |
| **zupa ogórkowa z jarzynami i ryżem, zielona pietruszka**zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta  włoska)- ogórek kiszony- ryż- *śmietana (przetwory mleczne 7\*)* | **60****25****25****8** |
| **jajko w sosie koperkowym** | *- jajko3\**- koper- cebula*- śmietana (przetwory mleczne 7\*)**- mąka pszenna* | **1szt****8****10****6****4** |
| **ziemniaki purée** | - ziemniaki- *masło ( przetwory mleczne 7\*)*- koper | **240****1,5****3** |
| **marchewka mini**  | - marchewka mini | **100** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska- *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2****2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki- cukier- woda  | **50****5****200ml** |
| **mus owocowy** | **-** jabłka, gruszki, maliny, truskawka, porzeczka | **1szt** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Wtorek**02.01.2024 | **OBIAD** | **Masa w g.** |
| **zupa ziemniaczana z jarzynami, zielona pietruszka**zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka)- ziemniaki*- śmietana (przetwory mleczne 7*\*) | **60****140****8** |
| **risotto warzywno mięsne** | - pieczeń wołowa- warzywa mieszane - cebula- koncentrat pomidorowy*-* olej rzepakowy*-* ryż | **90****35****8****7****4****55** |
|  |  |  |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska- *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2****2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki- cukier- woda | **50****5****200ml** |
| **banan** | **- banan** | **1szt** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Środa**03.01.2024 | **OBIAD** | **Masa w g.** |
| **rosół z jarzynami i makaronem pszennym, zielona pietruszka**zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta  włoska)- pałeczki drobiowe, udźce - *makaron jajeczny (jaja 3\*, gluten 1\*)* | **60****60****30** |
| **kotlet drobiowy** | *-* filet z kurczaka*- jajka 3\***- mąka pszenna ( gluten1\*)**- bułka tarta (gluten1\*)*- olej | **80****8****10****15****8** |
| **ziemniaki**  | - ziemniaki- *masło ( przetwory mleczne7\*)**-* koper | **240****2****3** |
| **surówka z kapusty pekińskiej, pomidorków koktajlowych i bazylii z oliwą** | - kapusta pekińska- pomidorki koktajlowe- bazylia- oliwa z oliwek  | **80****20****10****6** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska- *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2****2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki - cukier- woda | **50****5****200ml** |
|  | **klementynka** | - klementynka | **1szt** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Czwartek**04.01.2024 | **OBIAD** | **Masa w g.** |
| **zupa selerowa z jarzynami i ryżem, zielona pietruszka**zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka)- *seler korzenny, seler naciowy 9\**- ryż*- śmietana (przetwory mleczne 7*\*) | **60****25****25****8** |
| **schab w sosie cebulowym z kaszą jęczmienną** | - schab b/k- olej rzepakowy- cebula- *mąka pszenna (gluten 1\*)*- *śmietana ( przetwory mleczne 7\*)**- kasza jęczmienna (gluten 1\*)* | **90****5****12****4****55** |
| **surówka z ogórka kiszonego, papryki i cebuli z oliwą** | - ogórek kiszony- papryka konserwowa- cebula czerwona- oliwa | **85****12****10****8** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska- *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2****2** |
|  | **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki- cukier- woda | **50****5****200ml** |
|  | **kiwi** | - kiwi |  **1szt** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Piątek**05.01.2024 | **OBIAD** | **Masa w g.** |
| **zupa szpinakowa z jarzynami i makaronem pszennym, zielona pietruszka**zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta  włoska)- szpinak- m*akaron pszenny (jaja 3\*, gluten 1\*)*- *śmietana (przetwory mleczne 7\*)* | **60****25****25****8** |
| **ryba w panierce** | *- miruna4\***- jaja3\***- mąka pszenna ( gluten1\*)**- bułka tarta ( gluten1\*)**- czerstwa weka (gluten 1\*)**-* cebula*-* olej | **80****8****10****15****8****10****8** |
| **ziemniaki purée** | - ziemniaki- *masło ( przetwory mleczne 7\*)*- koper | **240****2****3** |
| **surówka z marchewki, pora i groszku zielonego z oliwą**  | -marchewka*-* por- groszek zielony- oliwa z oliwek | **80****35****12****8** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska- *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2****2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki- cukier- woda  | **50****5****200ml** |
|  | **jabłko** | - jabłko | **1szt** |

W związku z obowiązkiem stosowania m.in. przez placówki szkolne - Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011,

które mówi o obowiązku przekazywania konsumentom informacji na temat obecnych w serwowanej żywności składników lub innych substancji mogących powodować alergie nietolerancji, zamieszczamy do ogólnego zapoznania się wyciąg z w/w rozporządzenia, tj "WYKAZ ALERGENÓW W ŻYWNOŚCI.”

ALERGENY W ŻYWNOŚCI

**1. GLUTEN** tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut 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, (łącznie z laktozą );

**8. Orzechy,** tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia 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** w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO 2 dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia

**13. Łubin** i produkty pochodne;

**14. Mięczaki** i produkty pochodne.