**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.