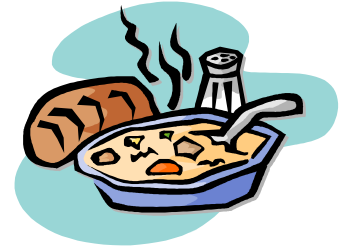




JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 16-06-2025



ZUPA OGÓRKOWA Z RYŻEM, RACUCHY

ALERGENY: 1, 3, 6, 7, 9

WTOREK 17-06-2025

KOTLET PO PARYSKU, ZIEMNIAKI, MIZERIA NA JOGURCIE,
KOMPOT

ALERGENY: 1, 3, 6, 7, 9

ŚRODA 18-06-2025

KLUSKI ŚLĄSKIE W SOSIE MIĘSNYM,
SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY Z JABŁKIEM, KOMPOT

ALERGENY: 1, 3, 6, 7, 9, 10

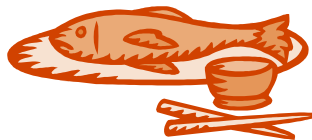
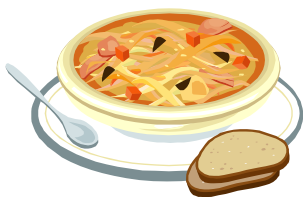
CZWARTEK 19-06-2025

-

PIĄTEK 20-06-2025

-

SMACZNEGO



Z powodów niezależnych jadłospis może ulec nieznacznym zmianom.

**Lista alergenów zgodna z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE)
Nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r.**

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten (pszenica, jęczmień, owies, orkisz, pszenica).
2. Skorupiaki i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie).
3. Jaja i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie).
4. Ryby i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie).
5. Orzeszki ziemne (arachidowe, i produkty przygotowane na ich bazie).
6. Soja i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie).
7. Mleko i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie).
8. Orzechy (migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, orzechy pistacjowe, orzechy makadamia oraz produkty przygotowane na ich bazie).
9. Seler i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie).
10. Gorczyca i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie).
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie).
12. Dwutlenek siarki (produkty przygotowane na ich bazie).
13. Łubin (produkty przygotowane na ich bazie).
14. Mięczaki (produkty przygotowane na ich bazie).

Alergeny nie są szkodliwymi składnikami, mogą jedynie wywoływać nietolerancję u osób posiadających alergię na dany składnik.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

Pieprz ziarno, pieprz cytrynowy, pieprz ziołowy, sól morską – jodowana (certyfikowana), ziele angielskie, liść laurowy, czosnek granulowany, majeranek, kmin rzymski, tymianek, lubczyk, bazylia, zioła prowansalskie, papryka słodka mielona, curry, zioła do zup, goździki, cukier waniliowy, miód.

Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczycy.

Gramatura posiłków zgodnie z normami żywieniowymi dla uczniów od 7 do 15 lat:

Obiad - Zupa: 300-350 ml.

Drugie danie: mięso/ryba 100-130g, ziemniaki/kasza/makaron/ryż 100-200g, surówki/sałatki 90 -150g, dania mączne 150-250g, kompot owocowy 200-250 ml (mieszanka owocowa_mrożonki 30g, miód 5g, woda), herbata z cytryną i miodem/herbata owocowa 200-250 ml (napar z herbaty, miód 5g, cytryna 3g).

Podwieczorek – dodatek do obiadu: owoc 150-200g/ deser mleczny 110-200g, mus owocowy, warzywny 110-200g, bułeczka/chleb/biszkopty/herbatniki/baton zbożowy 100-120g.

SMACZNEGO

