



1 2 3



A B C



Jadłospis -obiady szkolne 16 czerwca do 26 czerwca

Tydzień	Gramatura 1 porcji	
	Gr. 1	Gr. 2
Poniedziałek,16.06		
Zupa ziemniaczana z kluskami	200 ml	250 ml
naleśniki z serem polane śmietaną	250 g/25 ml	280 g/40 ml
dodatek: papryka czerwona, pomidor koktajlowy,kalarepa,ogórek zielony	80 g	80 g
koktajl mleczno - truskawkowy banan	175 ml 125 g	200 ml 125 g

Tydzień	Gramatura 1 porcji	
	Gr. 1	Gr. 2
Poniedziałek,23.06		
Pomidorowa z ryżem i śmietaną	200 ml	250 ml
zapiekanka (drób,makaron,warzywa kolorowe,szpinak,ser żółty,cebula) polewa z jogurtu	210 g/30 ml	280 g/60 ml
lemoniada (woda,miód,cytryna) jabłko	175 ml 80 g	200 ml 80 g

alergeny	1,3,7,9	
Wtorek,17.06		
Brokułowo – porowa z ziemniakami i śmietaną	200 ml	250 ml
bitki indyka w sosie	80 g/30 ml	100 g/60 ml
ziemniaki z koperkiem	100 g	150 g
surówka z pomidora malinowego z cebulką i oliwą	80 g	90 g
dodatek: papryka czerwona, ogórek zielony,kalarepy,	40g	40 g
lemoniada	175 ml	200 ml
winogrono	100 g	100 g
alergeny	1,3,7,9,15	
Środa,18.06		
Krem z pieczarek z ziemniakami i śmietaną	200 ml	250 ml
nuggetsy z kurczaka	100 g	100 g
ziemniaki z koperkiem	100 g	150 g
surówka z kapusty pekińskiej,rzodkiewki,kukurydzy,majonezu, szczypioru i majonezu	80 g	80 g
kompot owocowy	175 ml	200 ml
jabłko	80 g	80 g

alergeny		*1,3,7,9,15	
Wtorek,24.06			
Wiśniowa z makronem	200 ml	250 ml	
pulpet w sosie pomidorowym	95g/30 ml	115 g/60 ml	
ziemniaki z koperkiem	100 g	150 g	
mizeria	80 g	100 g	
dodatek: papryka czerwona, pomidorek koktajlowy,kalarepa,rzodkiewka	40 g	40 g	
lemoniada (woda,miód,cytryna)	175 ml	200 ml	
banan	125 g	125 g	
alergeny	*1,3,7,9		
Środa,25.06			
Krem z marchewki z ziemniakami i śmietaną	200 ml	250 ml	
filet łososia z patelni	100 g	100 g	
warzywa z ziemniakami na patelni	100 g	150 g	
woda z miętą i cytryną	175 ml	200 ml	
banan	125 g	125 g	

alergeny		1,3,4,7,9
Czwartek,19.06		
Boże Ciało		
alergeny		
Piątek,20.06		
Dzień wolny		
alergeny		

alergeny		1,3,7,9	
Czwartek,26.06			
Ogórkowa z ziemniakami i śmietaną	200 ml	250 ml	
makaron z twarogiem i polewą z truskawek	210 g	280 g	
dodatek: kalarepa,pomidorek koktajlowy,papryka czerwona,ogórek zielony	80 g	80 g	
lemoniada (woda,miód,cytryna)	175 ml	200 ml	
winogrono	100 g	100 g	
alergeny		1,3,7,9,15	
Piątek,27.06			
Zakończenie roku szkolnego 2024/2025 !!! :)			
alergeny		*1,3,4,7,9	

Alergeny w żywności – informacje o alergenach i składnikach powodujących reakcje nietolerancji

- | | | | |
|-----------------------------------|---------------------------------|--|--------------|
| 1. zboża zawierające gluten | 5. orzeszki ziemne (arachidowe) | 9. seler i produkty pochodne | 13. łubin |
| 2. skorupiaki i produkty pochodne | 6. soja i produkty pochodne | 10. gorczyca i produkty pochodne | 14. mięczaki |
| 3. jaja i produkty pochodne | 7. mleko i produkty pochodne | 11. nasiona sezamu i produkty pochodne | 15. miód |

4. ryby i produkty pochodne

8. orzechy

12. dwutlenek siarki

* Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać **śladowe ilości alergenów**: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

pieprz, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, tymianek, kminek, majeranek, papryka słodka, laska wanilii.