

JADŁOSPIS	
15.01.2024-19.01.2024	ALERGENY
SZKOŁA	
PONIEDZIAŁEK	
Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami i pieczywo	1,7,9
Ogórek kiszony , śmietana , marchewka , pietruszka , seler ,udziec z indyka , ziemniaki , chleb pszenno-żytni	
WTOREK	
Obiad: Ziemniaki z kotleciki drobiowe smażone , mizeria , kompot	1,7,3
Ziemniaki , filet drobiowy , jajko , bułka tarta , olej rzepakowy , ogórek zielony , przyprawy (sól , pieprz) mieszanka kompotowa , cukier , śmietana 18%	
ŚRODA	
Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem , pieczywo	1,7,9
Makaron świderki , koncentrat pomidorowy , śmietana , udziec z indyka , marchewka , pietruszka , seler , chleb pszenno-żytni	
CZWARTEK	
Obiad: Ryż z kurczakiem i warzywami zapiekany w piekarniku , kompot	1,9
Ryż, masło , koncentrat pomidorowy , filet z kurczaka , marchewka , pietruszka , seler , przyprawa do kurczaka , sól pieprz , mieszanka kompotowa , cukier	
PIĄTEK	
Obiad: Zalewajka z ziemniakami i jajkiem , pieczywo	1,7,3
Ziemniaki , udziec z indyka , jajko , śmietana 18% , ryż , chleb pszenno-żytni	

Gramatura brutto: owoce - 200g ogórek, warzywa - min. 300g; ziemniaki: do 150g; pieczywo: 50g; mąka: 40g; makaron: do 40g; kasze, ryże - do 40g; płatki śniadaniowe suche: 20g; mleko: 180-200ml; sery twarogowe: 35g; sery podpuszczkowe: 20g; mięso: kurczak-indyk 80-100g, łopata, karkówka wieprzowa 100g, szynka wieprzowa 80g, mięso do zupy: 20g; wędlina: 10-20g; ryby: 75-80g; jajko: 50g; śmietana 18%: 15g; masło: 5-8g; cukier: 5-10g, olej: 5-7g; sól: 1g; warzywa strączkowe suche: 5g

Do przyprawiania posiłków używane są przyprawy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, gałka muszkatołowa, imbir, oregano, bazylija, zioła prowansalskie, papryka słodka, kurkuma, kminek, lubczyk, cebula prażona, sól morską.