

**Jadłospis - Szkoła Podstawowa nr 37 im. Kornela Makuszyńskiego**

Okres	13.11.2023 - 17.11.2023
Dieta	Bez glutenu i bez laktozy

Data	Obiad
13.11.2023 3 Poniedziałek	Zupa pomidorowa z ryżem (250g) (wywar wołowo-drobiowy, marchew, seler, por , pietruszka , pietruszka nać, lubczyk, przecier pomidorowy, śmietana bez laktozy , ryż) ALERGENY( seler) świderki makaronowe z sosem truskawkowo-malinowym na bazie jogurtu naturalnego(200g) (Makaron świderki bez glutenu , truskawki, maliny, jogurt naturalny bez laktozy, miód) Herbata owocowa(200ml) MANDARYNKI (80g)
14.11.2023 3 Wtorek	Barszcz czerwony z ziemniakami (250g) (wywar wołowo-drobiowy, marchew, seler, por , pietruszka , pietruszka nać, lubczyk, buraki, ziemniaki) Alergeny(seler) Kaszotto z gulaszem drobiowym i pieczarkami (200g) oraz ogórkiem kiszonym (80g) (Kasza jaglana , pieczarki, filet z kurczaka, czosnek, cebula, ogórek kiszony) Kompot wieloowocowy (200ml) Jogurt bez laktozy (80ml)
15.11.2023 3 Środa	Zupa porowa z ryżem (250g) (wywar wołowo-drobiowy, marchew, seler, por , pietruszka , pietruszka nać, lubczyk, por, ryż) Alergeny (seler) Pieczeń rzymska (100g) z ziemniakami (150g) i buraczkami (80g) (mięso mielone wieprzowe, cebula, czosnek, jaja, ziemniaki, buraki, jabłko) Lemoniada (200ml) GRUSZKA(120g)
16.11.2023 3 Czwartek	Krem z białych warzyw z grzankami bez glutenu (250g) (wywar wołowo-drobiowy, seler, por , pietruszka , czosnek, kalafior, ziemniaki, chleb bez glutenu, śmietana bez laktozy) Alergeny( seler) Łazanki z kapustą kiszoną (200g) (makaron łazanki bez glutenu, kapusta kiszona, boczek, kielbasa, mięso wieprzowe, cebula, czosnek) Kompot wieloowocowy (200ml) CHIPSY OWOCOWE( 14g)
17.11.2023 3 Piątek	Zupa szpinakowa z łososiem i kaszą jaglaną (250g) (wywar warzywny, marchew, seler, por , pietruszka , pietruszka nać, lubczyk, łosoś, szpinak, kasza jaglana) ALERGENY( seler) Ryż z jabłkami i cynamonem (200g) (ryż , jabłka, masło, miód, cynamon) Herbata z cytryną (200ml) POMARAŃCZ (180g)

**ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE**

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor