

Jadłospis dla ZSP NR 9- ul. Morelowskiego 43

Jadłospis podstawowy



rettman

Drugie danie

Podwieczorek

Poniedziałek

02.09

Wtorek

03.09

Środa

04.09

Czwartek

05.09

Makaron spaghetti (1) z sosem bolońskim własnego wyrobu z kolorowymi warzywami (1,7,9) posypany wiórkami sera żółtego (7) 200g/200g
Woda mineralna 200ml

Batonik owsiany bez dodatku cukru (1) 1szt.

Piątek

06.09

Puszyste pancakes (1,3,7) 5szt. z musem owocowym własnego wyrobu 120g,
Woda mineralna z cytryną 200ml

Owoc sezonowy 1 szt.

W jadłospisie oznaczone zostały alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne, 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6. Soja i produkty pochodne, 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Sezam i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczyny, 13. Łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Jadłospis został przygotowany przez dietetyka mgr inż. Ewelinę Pawełkę

Jadłospis dla ZSP NR 9- ul. Morelowskiego 43

Jadłospis podstawowy



rettman

Drugie danie

Podwieczorek

	Drugie danie	Podwieczorek
Poniedziałek 09.09	Paluszki rybne z fileta 100% z mintaja (1,3,4,7,9,10) 4szt. Ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z buraczków 120g, lemoniada cytrynowa 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Wtorek 10.09	Klusieczki drożdżowe z nadzieniem jagodowym (1,3,7) 4szt. Polewa waniliowa własnego wyrobu (7) 120g, Woda mineralna 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Środa 11.09	Rumsztyk wieprzowy (1,3) w sosie pieczeniowym własnego wyrobu (1,7) 120g/120g Kasza gryczana 200g Marchewka z groszkiem na ciepło (1,7) 120g, Woda mineralna z cytryną i miętą 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Czwartek 12.09	Udko z kurczaka z pieca (1) 2szt., Pure ziemniaczane (7) 200g, Mizeria z ogórków i rzodkiewek (7) 120g, Woda mineralna 200ml	Ciasto własnego wypieku (1,3,7) 90g
Piątek 13.09	Pierogi ruskie z serem i ziemniakami (1,3,7) 6szt. okraszone masłem (7) Kleks jogurtu naturalnego własnego wyrobu (7) 40g, Lemoniada cytrynowa 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.

W jadłospisie oznaczone zostały alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne, 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6. Soja i produkty pochodne, 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Sezam i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczyny, 13. Łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Jadłospis został przygotowany przez dietetyka mgr inż. Ewelinę Pawełkę