


**bJadłospis dla ZSP NR 9- ul.Solskiego 13**  
*Jadłospis podstawowy*



 <b>rettman</b>	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
<b>Poniedziałek</b> 02.09			
<b>Wtorek</b> 03.09			
<b>Środa</b> 04.09			
<b>Czwartek</b> 05.09	Rosół z makaronem z pszenicy durum i zieloną natką pietruszki <b>(1,9)</b> 300ml	Makaron spaghetti <b>(1)</b> z sosem bolońskim własnego wyrobu z kolorowymi warzywami <b>(1,7,9)</b> posypany wiórkami sera żółtego <b>(7)</b> 170g/170g Woda mineralna 200ml	Batonik owsiany bez dodatku cukru <b>(1)</b> 1szt.
<b>Piątek</b> 06.09	Zupa krem z warzyw korzeniowym z groszkiem ptysiowym i zieloną natką pietruszki <b>(1,3,7,9)</b> 300ml	Puszyste pancakes <b>(1,3,7)</b> 4szt. z musem owocowym własnego wyrobu 90g, 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.Solskiego 13

## Jadłospis podstawowy



 <b>rettman</b>	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
<b>Poniedziałek</b>  <b>09.09</b>	Krupnik z tartą marchewką i drobną kaszą jęczmienną, z zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Paluszki rybne z fileta 100% z mintaja (1,3,4,7,9,10) 3szt. Ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z buraczków 90g, lemoniada cytrynowa 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
<b>Wtorek</b>  <b>10.09</b>	Zupa neapolitańska z makaronem grandine i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Kluseczki drożdżowe z nadzieniem jagodowym (1,3,7) 3szt. Polewa waniliowa własnego wyrobu (7) 90g, Woda mineralna 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
<b>Środa</b>  <b>11.09</b>	Grochówka z majerankiem i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Rumsztyk wieprzowy (1,3) w sosie pieczeniowym własnego wyrobu (1,7) 90g/90g Kasza gryczana 150g Marchewka z groszkiem na ciepło (1,7) 90g, Woda mineralna z cytryną i miętą 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
<b>Czwartek</b>  <b>12.09</b>	Zupa pomidorowa z ryżem i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Udko z kurczaka z pieca (1) 1szt., Pure ziemniaczane (7) 150g, Mizeria z ogórków i rzodkiewek (7) 90g, Woda mineralna 200ml	Ciasteczka owsiane (1,3,5,6,7,8,11) 2szt.
<b>Piątek</b>  <b>13.09</b>	Zupa krem z czerwonej soczewicy z groszkiem ptysiowym i zieloną natką pietruszki (1,3,7,9) 300ml	Pierogi ruskie z serem i ziemniakami (1,3,7) 5szt. okraszone masełkiem (7) Kleks jogurtu naturalnego własnego wyrobu (7) 30g, 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