

Jadłospis dla ZSP NR 9- ul. Morelowskiego 43

Jadłospis dla diety bezmlecznej



rettman

Drugie danie

Podwieczorek

Poniedziałek

30.03

Pierogi z owocami (1) 6szt. okraszone masłem
roślinnym
Kleks jogurtu bezmlecznego
Woda mineralna 200ml

Owoc sezonowy 1 szt.

Wtorek

31.03

Mintaj w panierce z pieca (1,3,4) 120g,
Ziemniaki z koperkiem 200g,
Surówka z kiszonej kapusty z jabłkiem, marchewką i
cebulką 120g,
Lemoniada cytrynowa 200ml

Owoc sezonowy 1 szt.

Środa

01.04

Nuggetsy drobiowe z pieca (1,3) 4szt.
Puree ziemniaczane 200g,
Mizeria z ogórków i rzodkiewek 120g,
Woda mineralna z miętą 200ml

Owoc sezonowy 1 szt.

Czwartek

02.04

WIELKI CZWARTEK

Piątek

03.04

WIELKI PIĄTEK

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 dla diety bezmlecznej



rettman

Drugie danie

Podwieczorek

Poniedziałek
Wielkanocny

06.04



Wtorek

07.04

DZIEŃ WOLNY

Środa

08.04

Makaron spaghetti z pesto pomidorowym własnego
wyrobu **(1,9)** 270g
Woda mineralna z miętą 200ml

Owoc sezonowy 1 szt.

Czwartek

09.04

Kotlet drobiowy w panierce z sezamem **(1,3,11)** 120g,
Ziemniaki z koperkiem 200g,
Warzywa na parze 120g,
Woda mineralna z cytryną i miętą 200ml

Ciasteczka bezmleczne
(11) 2szt

Piątek

10.04

Puszyste pancakes własnego wyrobu na mleku ryżowym
(1,3) 5szt.
Mus owocowy własnego wyrobu 120g
Woda mineralna 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