

Szkoła Podstawowa nr 2

Jadłospis 03-07.04.2023 Przedszkole

		poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
Śniadanie	standard	kasza manna na mleku 200ml, kanapki z wędliną wieprzową i dżemem 60g, biała rzodkiew 20g, papryka 20g, herbata 200ml [1, 7]	kawa zbożowa na mleku 200ml, kanapki z kremem kakaowym własnej produkcji (daktyle, kakao) i wędliną drobiową 90g, rzodkiewka 20g, ogórek kiszony 10g, sałata 10g [1,	płatki owsiane na mleku 200ml, kanapki z wędliną wieprzową i pastą z wędliny i jajek 60g, biała rzodkiew 20g, pomidor 20g, herbata 200ml [1, 3, 7, 10]	kawa zbożowa na mleku 200ml, twarożek śmietankowy 70g, kromka chleba z masłem 35g, kanapka z wędliną drobiową 30g, rzodkiewka 20g, ogórek 20g [1, 7]	kakao na mleku 200ml, placki z kaszy manny 120g, jabłko prażone 50g [1, 3, 7]
	dieta eliminująca gluten	płatki kukurydziane na mleku zamiast kaszy manny, pieczywo bez glutenu	kakao na mleku zamiast kawy zbożowej, pieczywo bez glutenu	płatki jaglane na mleku zamiast płatków owsianych, pieczywo bez glutenu	kakao na mleku, pieczywo bez glutenu	placki z mąki kukurydzianej na napoju roślinnym, jabłko prażone
	dieta bezmleczna	kasza manna na napoju roślinnym, masło roślinne	kawa zbożowa na napoju roślinnym, masło roślinne	płatki owsiane na napoju roślinnym, masło roślinne, pasta jajeczna zamiast pasty z wędliny i jajek	kawa zbożowa na napoju roślinnym, masło roślinne, jajko gotowane [3] zamiast twarożku	placki z mąki kukurydzianej na napoju roślinnym, jabłko prażone
	wegetariańska	ser żółty zamiast wędliny	pasta twarogowo-jajeczna [3, 7] zamiast wędliny	pasta jajeczna zamiast wędliny, twarożek na kanapkę zamiast wędliny	pasta z warzyw z suszonymi pomidorami [9] zamiast wędliny	b.z.
	dieta eliminująca gluten	b.z.	b.z.	b.z.	b.z.	krupnik jaglany
obiad	zupa	ziemniaczana [7, 9]	pomidorowa z ryżem [7, 9]	jarzynowa z żółtym grochem [7, 9]	kalafiorowo-brokietowa [7, 9]	krupnik [1, 9]
	dieta eliminująca gluten	b.z.	b.z.	b.z.	b.z.	krupnik jaglany
	dieta bezmleczna	niezabielana	niezabielana	niezabielana	niezabielana	b.z.
	wegetariańska	na bulionie wegetariańskim	na bulionie wegetariańskim	na bulionie wegetariańskim	na bulionie wegetariańskim	na bulionie wegetariańskim
	II danie	pierogi z mięsem 160g, surówka wiosenna 100g [1, 3, 9, 10]	pałka z kurczaka 80g, ziemniaki puree 100g, surówka koperkowa 100g [3, 7, 10]	makaron z serem i musem truskawkowym 250g [1, 7]	potrawka z kurczaka na śmietance z marchewką i groszkiem 130g, ryż 100g [7, 9]	paluszki rybne 70g, ziemniaki 100g, surówka z kiszonej kapusty 100g [1, 3, 4, 9, 10]
	dieta eliminująca gluten	makaron bez glutenu, sos bolognese na bazie warzyw korzeniowych [9]	b.z.	makaron bez glutenu	b.z.	ryba panierowana [3, 4] zamiast paluszków rybnych
	dieta bezmleczna	b.z.	ziemniaki tłuczone	kopytka z bułką tartą, surówka z jabłką i marchewką [1, 3]	śmietanka roślinna zamiast tradycyjnej	b.z.
wegetariańska	makaron spaghetti z sosem neapolitańskim i mozzarellą [1, 7, 9]	kotlet z soczewicy [1, 3, 9]	b.z.	risotto z warzywami i zielonym groszkiem i żółtym serem [7, 9]	burger z fasoli i warzyw [1, 3, 9] zamiast paluszków rybnych	
podwieczerek	standard	jogurt naturalny z musem truskawkowym i czekoladowym crunchy 130g, gruszka 40g [1, 7]	twarożek waniliowy 70g, wafel ryżowy 10g, jabłko 40g [7]	kanapka z pasztetem i ogórkiem kiszonym 90g [1, 3, 7, 9, 10]	koktajl czekoladowy 140g, pieczywo chrupkie 8g, gruszka 40g [1, 7]	ciasto drożdżowe 50g, jabłko 40g [1, 3, 7]
	dieta eliminująca gluten	czekolada gorzka tarta zamiast czekoladowego crunchy	b.z.	pieczywo bez glutenu	pieczywo bez glutenu zamiast pieczywa chrupkiego	kanapka z dżemem na pieczywie bez glutenu zamiast ciasta drożdżowego
	dieta bezmleczna	deser na napoju roślinnym z musem truskawkowym i wiórkami czekolady gorzkiej	budyń waniliowy na napoju roślinnym zamiast twarożku	masło roślinne	koktajl czekoladowy na napoju roślinnym	kanapka z masłem roślinnym i dżemem
	wegetariańska	b.z.	b.z.	kanapka z pastą z twarogu i szpinaku [1, 7]	b.z.	b.z.

alergeny: 1. Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczepy hybrydowe) i produkty pochodne 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jajka i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, nerkowce, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje, orzechy makadamie lub orzechy Queensland i produkty pochodne 9. Seler zwyczajny i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO2 13. Łubin i produkty pochodne 14. Mięczaki i produkty pochodne