

# Jadłospis obiadowy- wegetariański



| <b>Dzień</b>   | <b>Menu</b>  | <b>Kcal</b> |
|--|--|-------------|
| <b>Poniedziałek</b><br>04.11.2024<br>Alergeny: 1,3,7 | <b>Żurek</b><br><b>Naleśniki z serkiem</b><br><b>Kompot owocowy</b>  | Ok.700      |
| <b>Wtorek</b><br>05.11.2024<br>Alergeny: 1,3,7       | <b>Biały barszczyk</b><br><b>Kotlet jajeczny z kalafiolem, ziemniaki</b><br><b>Bukiet warzyw</b><br><b>Kompot owocowy</b>                  | Ok. 720     |
| <b>Środa</b><br>06.11.2024<br>Alergeny: 1,3,7        | <b>Zupa fasolowa</b><br><b>Kluski śląskie z sosem pieczarkowym</b><br><b>Surówka z ogórka z porem i marchewką</b><br><b>Kompot owocowy</b> | Ok.730      |
| <b>Czwartek</b><br>07.11.2024<br>Alergeny: 1,3,7     | <b>Zupa ogórkowa</b><br><b>Gulasz warzywny z kaszą</b><br><b>Surówka z kiszonej kapusty</b><br><b>Kompot owocowy</b>                       | Ok. 710     |
| <b>Piątek</b><br>08.11.2024<br>Alergeny: 1,3,7       | <b>Zupa pomidorowa</b><br><b>Makaron w sosie paprykowo-pomidorowym</b><br><b>z groszkiem zielonym</b><br><b>Kompot owocowy</b>             | Ok.720      |

1. Lista alergenów dostępna w stołówce szkolnej

2. Jadłospis został przygotowany zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016 r. w sprawie grupy środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełnić środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w tych jednostkach (Dz.U.2016.1154 z dnia 2016.08.01)

3. Zupy przygotowane na wywarze mięsny, dodowane są owoce do obiadu

# Jadłospis obiadowy



| <b>Dzień</b>   | <b>Menu</b>  | <b>Kcal</b>                      |
|--|--|----------------------------------|
| <b>Poniedziałek</b><br>04.11.2024<br>Alergeny: 1,3,7 | <b>Żurek z białą kielbaską</b><br><b>Naleśniki z serkiem</b><br><b>Kompot owocowy</b>  | Ok.720<br>B-58<br>T-18<br>W-132  |
| <b>Wtorek</b><br>05.11.2024<br>Alergeny: 1,3,7       | <b>Biały barszcyk</b><br><b>Kotlet mielony z kalafiolem, ziemniaki</b><br><b>Bukiet warzyw</b><br><b>Kompot owocowy</b>                        | Ok. 730<br>B-60<br>T-22<br>W-143 |
| <b>Środa</b><br>06.11.2024<br>Alergeny: 1,3,7        | <b>Zupa fasolowa</b><br><b>Pieczeń w sosie własnym, kluski śląskie</b><br><b>Surówka z ogórka z porem i marchewką</b><br><b>Kompot owocowy</b> | Ok.740<br>B-61<br>T-22<br>W-144  |
| <b>Czwartek</b><br>07.11.2024<br>Alergeny: 1,3,7     | <b>Rosół z indyka</b><br><b>Gulasz mięsny z kaszą</b><br><b>Surówka z kiszanej kapusty</b><br><b>Kompot owocowy</b>                            | Ok. 740<br>B-60<br>T-23<br>W-142 |
| <b>Piątek</b><br>08.11.2024<br>Alergeny: 1,3,4,7     | <b>Zupa pomidorowa</b><br><b>Filet rybny z ziemniakami</b><br><b>Ogórek kiszony</b><br><b>Kompot owocowy</b>                                   | Ok.750<br>B-61<br>T-22<br>W-144  |

1. Lista alergenów dostępna w stołówce szkolnej

2. Jadłospis został przygotowany zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016 r. w sprawie grupy środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełnić środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w tych jednostkach (Dz.U.2016.1154 z dnia 2016.08.01)

3. Zupy przygotowane na wywarze mięsny, dodowane są owoce do obiadu

# Jadłospis przedszkolaka



| Dzień   | Śniadanie                                    | Obiad  | Podwieczorek                                  |
|---|--|--|---|
| Poniedziałek<br>04.11.2024<br><br>Alergeny: 1,3,7 | <b>Klusieczki<br/>z mlekiem</b>              | <b>Żurek z białą kielbaską<br/>Naleśniki z serkiem<br/>Kompot owocowy</b>  | <b>Kanapeczki<br/>z powidłami<br/>Sok</b>     |
| Wtorek<br>05.11.2024<br><br>Alergeny: 1,3,7       | <b>Kakao<br/>Płatki ryżowe z<br/>mlekiem</b> | <b>Biały barszczyk<br/>Kotlet mielony z<br/>kalafiolem, ziemniaki<br/>Bukiet warzyw<br/>Kompot owocowy</b>                           | <b>Owoce</b>                                  |
| Środa<br>06.11.2024<br><br>Alergeny: 1,3,7        | <b>Kaszka manna z<br/>mlekiem</b>            | <b>Zupa fasolowa<br/>Pieczeń w sosie własnym,<br/>kluski śląskie<br/>Surówka z ogórka z<br/>porem i marchewką<br/>Kompot owocowy</b> | <b>Galaretka<br/>truskawkowa</b>              |
| Czwartek<br>07.11.2024<br><br>Alergeny: 1,3,7     | <b>Płatki<br/>kukurydziane<br/>z mlekiem</b> | <b>Rosół z indyka<br/>Gulasz mięsny, kasza<br/>Surówka z kiszonej<br/>kapusty<br/>Kompot owocowy</b>                                 | <b>Budyń<br/>śmietankowy z<br/>sokiem</b>     |
| Piątek<br>08.11.2024<br><br>Alergeny:<br>1,3,4,7  | <b>Ryż na mleku</b>                          | <b>Zupa pomidorowa<br/>Ryba, ziemniaki<br/>Ogórek kiszony<br/>Kompot owocowy</b>   | <b>Domowe<br/>ciasteczka<br/>zbożowe, sok</b> |

Przybliżona wartość kaloryczna 1245,0 kcal

1. Lista alergenów dostępna w stołówce szkolnej.

2. Jadłospis został przygotowany zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016 r. w sprawie grupy środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełnić środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w tych jednostkach (Dz.U.2016.1154 z dnia 2016.08.01).

3. Wszystkie zupy odżywczo bogatobiałkowe.