

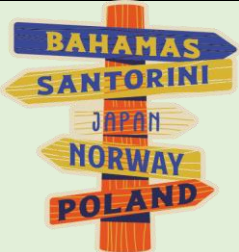


Jadłospis dla Szkoły Podstawowej nr 118 – ul. Bulwar Ikara 19

Jadłospis dla diety bez jaj, ryżu, pomidora, selera, awokado, banana, kiwi, orzechów, grochu, kukurydzy, cebuli, czosnku, sezamu i cytrusów



 rettman	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
Poniedziałek 17.06	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i zieloną natką pietruszki (1,7) 300ml	Makaron spaghetti (1) z sosem bolońskim z mięsem i warzywami (1,7) posypany wiórkami sera żółtego (7) 170g/170g, Kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Wtorek 18.06	Kolorowa sezonowa zupa wielowarzywna z zieloną natką pietruszki (1,7) 300ml	Mintaj z pieca w ziołach (4) 80g, Ziemniaki z koperkiem 150g, Surówka z kiszanej kapusty 40g, Fasolka szparagowa okraszona masełkiem (7) i bułką tartą (1) 40g Kompot wieloowocowy 200ml	Pieczywo chrupkie wieloziarniste (1) z miodem 1szt.
Środa 19.06	Rosół z makaronem z pszenicy twardej i zieloną natką pietruszki (1) 300ml	Krokietek z mięsem bez jaj (1,7) 2szt. Młoda kapustka zasmażana z koperkiem i szczypiorkiem (1,7) 40g, Kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Czwartek 20.06	Botwinka z zieloną natką pietruszki i kawałkami młodych buraków (1,7) 300ml	Naleśniki bez jaj (1,7) z dżemem owocowym niskosłodzonym 2szt. Kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Piątek 26.04		ZAKOŃCZENIE ROKU SZKOLNEGO 😊	

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