



Jadłospis na październik 2024

UWAGA! Propozycje obiadów mogą ulec zmianie z przyczyn niezależnych od szkoły

	Obiad	DATA	Obiad
Wtorek 01/10/2024	Zupa zacierkowa z warzywami -300ml Udka kurczaka pieczone - 100g, ziemniaki – 150g , fasolka szparagowa z bułką tartą i masłem – 100g, sok – 200ml, gruszka-150g (1,2,3,5)	Wtorek 08/10/2024	Zupa kalafiorowa z ziemniakami -300ml Strogonow z indyka – 120g, kasza gryczana- 150g, surówka wielowarzywna – 100g, lemoniada – 200ml, mandarynka - 100g (1,2,5)
Środa 02/10/2024	Zupa fasolowa z kiełbasą -300ml Pancake (dieta: placki kukurydziane) z sosem truskawkowym – 270g , woda z miętą i cytryną -200ml, banan -100g (1,2,3,5)	Środa 09/10/2024	Barszcz biały z jajkiem i białą kiełbasą -300ml Knedle z morelami polane śmietaną (dieta: ryż z owocami) - 270g, kompot -200ml, mus owocowy- 120g (1,2,3,5)
Czwartek 03/10/2024	Zupa jarzynowa z ziemniakami- 300ml Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym – 120g, ziemniaki – 150g, mix sałat z sosem vinegrette- 100g, kompot – 200ml, pomarańcza -100g (1,2,3,5)	Czwartek 10/10/2024	Zupa krem z pomidorów z makaronem -300ml Polędwiczki z kurczaka panierowane - 100g, ziemniaki – 150g, mizeria – 100g, sok – 200g, śliwki - 100g (1,2,3,5)
Piątek 04/10/2024	Krupnik z kaszy jęczmiennej (dieta: jaglany) -300ml Miruna panierowana – 100g, ziemniaki – 150g, surówka z ogórków kiszonych -100g, herbata owocowa – 200ml, jabłko – 110g (1,2,3,4,5)	Piątek 11/10/2024	Zupa ogórkowa z ziemniakami -300ml Dorsz po marokańsku z kuskusem i warzywami – 270g (dieta: kasza jaglana), papryka do pochrupania – 70g, kompot – 200ml, jabłko – 120g (1,2,4,5)
Poniedziałek 07/10/2024	Zupa meksykańska z ryżem -300ml Pierogi z mięsem i cebulką (dieta: pyzy z mięsem) – 270g, surówka z kapusty kiszonej - 100g, kompot – 200ml, gruszka -120g (1,2,3,5)	Wtorek 15/10/2024	Zupa szczawiowa z jajkiem i ziemniakami -300ml Spaghetti razowe z sosem bolońskim i tartym serem – 270g, (dieta: makaron bezglutenowy), sałatka grecka – 70g, kompot - 200ml, winogrona – 100g (1,2,3,5)

DATA	Obiad	DATA	Obiad
<i>Środa</i> 16/10/2024	Leczo z kiełbaską -300ml Naleśniki z serem i polewą śmietanowo – jogurtową (dieta: makaron bezglutenowy z owocami) - 270g, herbata owocowa - 200ml, banan– 120g (1,2,3,5)	<i>Środa</i> 23/10/2024	Kapuśniak na wędzonce -300ml Makaron (dieta: bezglutenowy) z serem i owocami – 270g, kompot -200ml, banan – 150g (1,2,3,5)
<i>Czwartek</i> 17/10/2024	Zupa ziemniaczana z warzywami -300ml Kolorowy kociołek z kurczaka - 120g, risotto z warzywami– 150g, surówka z kapusty pekińskiej - 100g, lemoniada -200ml, krakersy wielozbożowe -150g (1,2,5)	<i>Czwartek</i> 24/10/2024	Ryżanka z warzywami -300ml Gulasz z indyka – 120g, kopytka (dieta: kluski śląskie) – 150g, surówka z czerwonej kapusty – 100g, herbata owocowa – 200ml, baton zbożowy – 40g (1,2,3,5)
<i>Piątek</i> 18/10/2024	Neapolitanka z makaronem - 300ml Okoń nilowy pieczony w ziołach – 100g, ziemniaki – 150g, surówka z kiszanej kapusty - 100g, kompot – 200ml, pomarańcza– 120g (1,2,3,4,5)	<i>Piątek</i> 25/10/2024	Barszcz czerwony z ziemniakami -300ml Krokiety z kapustą i pieczarkami (dieta: pyzy z warzywami)- 270g, rzodkiewki do pochrupania - 70g, kompot -200ml, gruszka - 120g (1,2,3,5)
<i>Poniedziałek</i> 21/10/2024	Zupa „Lipska” z ziemniakami -300ml Lazania z mięsem, serem i ketchupem (dieta: makaron bezglutenowy z mięsem) - 270g, sałata z sosem vinegrette – 70g, kompot – 200ml, jabłko -150g (1,2,3,5)	<i>Poniedziałek</i> 28/10/2024	Zupa soczewicowa z ziemniakami -300ml Gyros z kurczaka – 120g, komosa ryżowa – 150g, surówka porowa - 100g, kompot – 200ml, śliwki-150g (2,5)
<i>Wtorek</i> 22/10/2024	Zupa krem z dyni z zacierkami -300ml Schab pieczony w majeranku - 120g, ziemniaki – 150g, surówka z czerwonej kapusty - 100g, sok – 200ml, brzoskwinia- 100g (1,2,3,5)	<i>Wtorek</i> 29/10/2024	Zupa brokułowa z kaszą jaglaną-300ml Stek wieprzowy z cebulką – 120g, ziemniaki – 150g, buraczki na ciepło – 100g, lemoniada– 200ml, gruszka – 110g (1,2,3,5)

<p><i>Środa</i> <i>30/10/2024</i></p>	<p>Rosółek z makaronem -300ml Racuchy z jabłkami z cukrem pudrem – 270g (dieta: ryż z polewą truskawkową), lemoniada – 200ml, banan- 150g (1,2,3,5)</p>	<p><u>Lista alergenów:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1- Produkty zawierające gluten 2- mleko i produkty pochodne, 3- jaja i produkty pochodne, 4- ryby i produkty pochodne, 5- seler i produkty pochodne 6- orzechy i produkty pochodne 7- orzechy ziemne i produkty pochodne 8- skorupiaki i produkty pochodne 9- soja i produkty pochodne 10- ziarna sezamu i produkty pochodne 11- gorczyca i produkty pochodne 12- siarczyny (w tym E – 20230 – E – 20237) 13- łubin i produkty pochodne 14- mięczaki i produkty pochodne
<p>Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, ziele angielskie, lubczyk, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziółowy, mieszanki przyprawowe. Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczycy.</p>		

21 dni x 7,00 zł = 147,00 zł proszę wpłacać w nieprzekraczalnym terminie do 30 września 2024r. na konto:

37 1030 1508 0000 0005 5038 8073

Tytuł przelewu: **identyfikator dziecka ID.???.**, *imię, nazwisko dziecka, klasa i ew. dni wyłączone z żywienia (np. bez poniedziałków)*

Sposób wpisywania identyfikatora – w tytule przelewu wpisujemy ID stawiamy kropkę wpisujemy numer stawiamy kropkę. Przykład ID.36.

W PRZYPADKU RODZEŃSTWA, PRZELEW WYKONUJEMY OSOBNO DLA KAŻDEGO Z DZIECI.

