



JADŁOSPIS JESIENNY

PLACÓWKA: DEMBOWSKIEGO – Sp. 66		DATA: 2-13.09.2019	
Obiad			
Poniedziałek 2.09	ROZPOCZĘCIE ROKU SZKOLNEGO		Poniedziałek 9.09
Wtorek 3.09	Krem kukurydziany z grzankami (mleko, pszenica, żyto, seler) 350ml Udko pieczone z kurczaka 1 szt., ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z kapusty pekińskiej z kolorową papryką 40g, mizeria (mleko) 40g Kompot porzeczkowy 200ml <i>DESER – Ryż na mleku z prażoną gruszką i jabłkiem (mleko) 180/50g</i>	Wtorek 10.09	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami (seler, pszenica) 350ml Klops z szynki w sosie paprykowym (pszenica, jajka) 80/60g, kasza jęczmienna (jęczmień) 150g, fasolka szparagowa z sezamem 40g, sałata lodowa z sosem koperkowo – czosnkowym (mleko) 40g Woda z cytryną i miętą 200ml <i>DESER – Budyń czekoladowy (mleko) 200ml</i>
Środa 4.09	Barszcz biały z ziemniakami i kielbasą (mleko, pszenica, żyto, seler) 350ml Kasza pęczak z warzywami i soczewicą w sosie curry (jęczmień, seler, mleko, gorczyca) 220g/60ml, mix sałat z sosem winegret i prażonym słonecznikiem (gorczyca) 40g, mini marchewka na parze 40g, Lemoniada 200ml <i>DESER – Brzoskwinia 1 szt.</i>	Środa 11.09	Rosół z makaronem (seler, pszenica) 350ml Kociołek warzywny z ciecierzycą i świeżymi pomidorami lima (seler, pszenica) 150g, ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z ogórka kiszzonego i brokułów ze słonecznikiem i winegret (gorczyca) 40g, surówka coleslaw (mleko, jaja) 40g, Kompot malinowy 200ml <i>DESER – Gruszka 1 szt.</i>
Czwartek 5.09	Zupa pomidorowa z mini makaronem literki (mleko, pszenica, seler) 350ml Ryba w panierce z sezamem (jaja, pszenica) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z młodej kiszzonej kapusty z koperkiem 80g, buraczki na ciepło (pszenica) 40g, Kompot z aronią 200ml <i>DESER – mus śliwkowo – czekoladowy 150g</i>	Czwartek 12.09	Krem z białych warzyw z pieczonymi ziemniakami i szczypiorkiem (seler, pszenica, mleko) 350ml Filet rybny w sosie orientalnym (pszenica, gorczyca) 80/60g, ryż z grillowaną dynią 150g sałatka z tartych buraczków z natką pietruszki 40g, surówka z kapusty pekińskiej z rzodkiewką 40g Kompot śliwkowy <i>DESER – shake bananowo – kokosowy na mleku 200ml</i>
Piątek 6.09	Zupa ogórkowa z ziemniakami (pszenica, mleko, seler) 350ml Makaron z kruszonym białym serem (pszenica, mleko) 220g, mus truskawkowy 80ml surówka z marchewki i jabłka 40g, surówka z kalarepki ze śmietaną i żurawiną (mleko) , Woda z miętą i cytryną 200ml <i>DESER – Banan 1 szt.</i>	Piątek 13.09	Zupa szczawiowa z jajkiem i ziemniakami (pszenica, mleko, seler, jajko) 350ml Pampuchy z polewą jogurtowo – porzeczkową (pszenica, jaja, mleko) 3 szt./80ml surówka z selera z rodzynkami 40g Woda z cytryną i miętą 200ml <i>DESER – muffinki marchewkowo – dyniowe (pszenica, mleko, jaja) 1 szt.</i>

Pogrubioną czcionką oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011.

W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy.

Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów.

Opracowano przez:

mgr inż. Olga Będzińska- dietetyk
mgr inż. Milena Janus- dietetyk