

**Jadłospis dla SP NR 84- ul. Górnickiego 20**  
**Jadłospis podstawowy**




 <b>rettman</b>	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
<b>Poniedziałek</b> <b>08.06</b>	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i zieloną natką pietruszki <b>(1,7,9)</b> 250ml	NOWOŚĆ: Makaron świderki z truskawkami i kleksem śmietanki waniliowej własnego wyrobu <b>(1,7)</b> 250g kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
<b>Wtorek</b> <b>09.06</b>	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami i zieloną natką pietruszki <b>(1,7,9)</b> 250ml	Paluszki rybne z fileta 100% z mintaja <b>(1,3,4,7,9,10)</b> 2szt., Ziemniaki z koperkiem 130g, NOWOŚĆ: Surówka z ogórków małosolnych z marchewką i cebulką 90g, Woda mineralna z cytryną 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
<b>Środa</b> <b>10.06</b>	Barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną natką pietruszki <b>(1,7,9)</b> 250ml	Gulasz ze schabu i kolorowych warzyw <b>(1,7)</b> 150g Kasza jęczmienna <b>(1)</b> 130g, Surówka z sałaty lodowej z pomidorem, ogórkiem i kiełkami słonecznika z sosem winegret 90g, Kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
<b>Czwartek</b> <b>11.06</b>	Zupa pomidorowa z makaronem i zieloną natką pietruszki <b>(1,7,9)</b> 250ml	Potrawka z kurczaka z kolorowymi warzywami <b>(1,7)</b> 150g, Puree ziemniaczane <b>(7)</b> 130g, Surówka z buraczków 45g, Woda mineralna 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
<b>Piątek</b> <b>12.06</b>	Krem z dyni z ziarnami i zieloną natką pietruszki <b>(1,7,9)</b> 250ml	Puszyste pancakes <b>(1,3,7)</b> 4szt. Mus owocowy własnego wyrobu 80g Kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.

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

**Jadłospis dla SP NR 84- ul. Górnickiego 20**  
**Jadłospis podstawowy**



 <b>rettman</b>	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
<b>Poniedziałek</b> 15.06	Zupa krem z kolorowych warzyw z zieloną natką pietruszki (1,7,9) 250ml	NOWOŚĆ: Makaron w sosie z pomidorów i mascarpone z posiekanym koperkiem (1,7) 250g kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
<b>Wtorek</b> 16.06	Grochówka z ziemniakami, majerankiem i z zieloną natką pietruszki (1,7,9) 250ml	Pierogi z mięsem (1) 5szt. okraszone masłem (7) Surówka z tartej marchewki (7) 90g, Woda mineralna z cytryną i miętą 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
<b>Środa</b> 17.06	Zupa z naturalnie kiszonych ogórków z ziemniakami i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 250ml	Ragout z szynki wieprzowej i warzyw (1,7) 120g Kasza gryczana 130g, Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką 90g, Kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
<b>Czwartek</b> 18.06	Krem z cukinii i pomidorów z grzankami i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 250ml	Filet drobiowy z pieca w sezamowej panierce (1,3,11) 80g Ziemniaki z koperkiem 130g, Mizeria z ogórków i rzodkiewek (7) 90g, Woda mineralna z cytryną 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
<b>Piątek</b> 19.06	Rosół z makaronem z pszenicy durum i zieloną natką pietruszki (1,9) 250ml	NOWOŚĆ: Puszyste racuchy z jabłkami (1,3,7) 4szt. Polewa śmietankowa własnego wyrobu (7) 90g, kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.

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