



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK DZIEŃ GRUSZKI	
OBIAD	Zupa jarzynowa z brukselką zabeliana z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9,10)	250 ml	Zupa grysikowa na wywarze drobiowo warzywnym z natką pietruszki (1,9)	250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami z koperkiem na wywarze warzywnym (9,10)	250 ml	Zupa krem z dyni na wywarze warzywnym zagęszczony kaszą kukurydzianą z pestkami dyni (9)	250 ml	Zupa z soczewicy z kaszą jaglaną, pomidorami, zabeliana mlekiem kokosowym i z natką pietruszki (9)	250 ml
	Makaron świderki z maki durum z sosem bolognese i mięsem drobiowo-wieprzowym mielonym i włoszczyzną zagęszczony mąką kukurydzianą (1,3,9)	320 g	Paluszki rybne panierowane w bułce tartej (1,3,4)	4 szt.	Naleśniki z mięsem wieprzowym z cebulką z maki pszennej i pełnoziarnistej (1,3)	2 szt.	Nugetsy drobiowe panierowane w płatkach owsianych i bułką tartą (1,3)	4 szt.	Pancake z dodatkiem maki pszennej (1,3,6,7,8,10)	4 szt.
			Ziemniaki puree (7)	130 g	Sos pomidorowy z mąką kukurydzianą	80 ml	Ziemniaki z koperkiem	130 g	Polewa truskawkowa z jogurtem (7)	50 ml
	Surówka mix sałat z rzodkiewką i ogórkiem z sosem winegret (10)	60 g	Surówka z kapusty kiszonej z cebulką i oliwą (10)	100 g	Surówka z kapusty pekińskiej z papryką fasolą czerwoną i sosem jogurtowym z nutą czosnkową (7)	60 g	Buraczki z jabłkiem i oliwą	100 g	Surówka z marchewki i gruszki z sokiem z cytryny i rodzynkami (12)	60 g
	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Piernik w czekoladzie (1,3,5,6,7,8,11)	2 szt.	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g
	Kompot owocowy jabłko porzecza	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSILKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.: dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składniki mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3.jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne,8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwa obecność powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:
 Dominika Miklas
 Dietetyk kliniczny

	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa ziemniaczanka z kiełbaską wieprzową z natką pietruszki (1,6,9,10)	250 ml	Domowy bulion na wywarze drobiowo - warzywnym z kluseczkami z mąki durum z natką pietruszki (1,3,9)	250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami i natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa pomidorowa zabieleną z makaronem z mąki durum i natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,3,7,9)	250 ml	Zupa krem z zielonym groszkiem, ziemniakami, koperkiem i mlekiem kokosowym na wywarze warzywnym posypany pestkami dyni (9)	250 ml
	Kurczak z marchewką papryką dynią w sosie śmietanowym curry z mąką pszenną (1,7)	140 g	Kotlet schabowy w klasycznej panierce z bułki tartej (1,3)	90 g	Delikatna potrawka z indyka z marchewką groszkiem w sosie śmietanowym z mąką pszenną (1,7)	140 g	Ryba Mintaj panierowana z dodatkiem słonecznika (1,3,4)	90 g	Pierogi z serkiem białym z nutą waniliową z mąką pszenną i pełnoziarnistą (1,3)	9 szt.
	Ryż paraboliczny	130 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g	Kasza jęczmienna (1)	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Polewa jogurtowo malinowa (7)	50 ml
	Surówka z kapusty białej z koperkiem i oliwą	60 g	Surówka z ogórka z rzodkiewką białą w sosie jogurtowym (7)	100 g	Buraczki z oliwą	60 g	Kapusta kiszona z porem i oliwą (10)	100 g	Marchew słupki	60 g
	Owoc sezonowy	1szt./100 g	Owoc sezonowy	1szt./100g	Owoc sezonowy	1szt./100g	Owoc sezonowy	1szt./100g	Owoc sezonowy	1szt./100g
	Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSILKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.: dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składniki mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3.jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne,8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:
 Dominika Miklas
 Dietetyk kliniczny



KANZEON
WROCLAWSKI CATERING SP. Z O.O.

GRUDZIEŃ TYDZIEŃ III 18.12.2023- 22.12.2023

JADŁOSPIS PODSTAWOWY SZKOŁA 84

	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA DZIEŃ RYBY OBIAD WIGILIJNY		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa żurek z ziemniakami i kielbaską wieprzową z majerankiem (1,6,9,10)	250 ml	Domowy rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem nitki z mąki durum natką pietruszki i lubczykiem (1,3,9)	250 ml	Zupa barszcz czerwony na wywarze warzywnym z koperkiem z domowymi uszkami z mąki pszennej z kapustą kiszoną i pieczarkami (1,3,9,10)	250 ml	Zupa krem z białych warzyw (kalafior, pietruszka, seler) z ziemniakami posypany słonecznikiem (9)	250 ml	Zupa minestrone z fasolą czerwoną, papryką, pomidorami i cebulą z ryżem parabolicznym na wywarze warzywnym (9)	250 ml
	Kaszotto z kaszy bulgur z mięsem mielonym wieprzowym i warzywami w kawałkach [groszek, marchewka, brokuł] w sosie śmietanowo - koperkowym z mąką pszenną [1,7]	270 g	Udko w ziołach (1,3)	90 g	Ryba Mintaj panierowany w bułce tartej [1,3,4]	90 g	Gulasz wieprzowy w sosie pieczarkowym z mąką pszenną (1)	90 g	Naleśniki z serem czekoladowym - wyrób własny z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1,3,7)	2 szt.
			Ziemniaki puree (7)	130 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g	Makaron świderki z mąki durum (1,3)	130 g	Polewa brzoskwiniowa na bazie jogurtu (7)	80 ml
	Mix sałat z rukolą, ogórkiem i sosem winegret (10)	60 g	Surówka z kapusty czerwonej z natką pietruszki i oliwą	60 g	Warzywa po grecku (marchewka, pietruszka, cebula, przecier pomidorowy) zagęszczone mąką kukurydzianą	100 g	Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem kiszonym i oliwą (10)	60 g	Surówka z marchewki i ananasa z orzechami (5,8)	60 g
	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g
	Kompot owocowy jabłko porzeczka	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSILKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.: dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składniki mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3.jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne, 8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:
Dominika Miklas
Dietetyk kliniczny



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	WOLNE	WOLNE	Zupa z kolorowej fasolki szparagowej zabelana z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem parolicznym z natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml
			Ryż z jabłkiem prażonym z cynamonem (1,7,11)	250 g	Makaron penne z mąki durum z kurczakiem i brokułem w sosie śmietanowo serowym [mozzarella] zagęszczonym z mąką pszenną (1,3,7)	270 g	Mintaj panierowany w bułce tartej i dodatkiem sezamu (1,3,4,11)	90 g
			Polewa waniliowa z jogurtem naturalnym (7)	50 g			Ziemniaki puree (7)	130 g
			Surówka z marchewki z sosem mango	60 g	Mix sałat z papryką i oliwą	60 g	Surówka z kapusty kiszanej z porem i oliwą (10)	100 g
			Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g
			Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml
			ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSILKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.: dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składniki mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3.jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne,8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.					