

**Jadłospis dla Szkoły Podstawowej nr 37 - ul.  
Sarbinowska 10**

Jadłospis podstawowy



**rettman**

**Zupa**

**Drugie danie**

**Podwieczorek**

**Poniedziałek**  
**09.09**

Krupnik z tartą marchewką i drobną kaszą jęczmienną, z zieloną natką pietruszki **(1,7,9)** 300ml

Ryż paraboliczynny z aromatycznym sosem curry z filetem drobiowym i warzywami **(1,3)** 250g,  
Kompot wieloowocowy 200ml

Owoc sezonowy 1 szt.

**Wtorek**  
**10.09**

Zupa neapolitańska z makaronem grandine i zieloną natką pietruszki **(1,7,9)** 300ml

Paluszki rybne z fileta 100% z mintaja **(1,3,4,7,9,10)** 2szt.  
Ziemniaki z koperkiem 150g,  
Surówka z buraczków 90g,  
kompot wieloowocowy 200ml

Jogurt owocowy **(7)** 150g

**Środa**  
**11.09**

Grochówka z majerankiem i zieloną natką pietruszki **(1,7,9)** 300ml

Rumsztyk wieprzowy **(1,3)** w sosie pieczeniowym własnego wyrobu **(1,7)** 90g/90g  
Kasza jęczmienna **(1)** 150g  
Surówka z czerwonej kapusty 90g,  
Kompot wieloowocowy 200ml

Owoc sezonowy 1 szt.

**Czwartek**  
**12.09**

Zupa pomidorowa z makaronem kokardki i zieloną natką pietruszki **(1,7,9)** 300ml

Udko z kurczaka z pieca **(1)** 1szt.,  
Pure ziemniaczane **(7)** 150g,  
Mizeria z ogórków i rzodkiewek **(7)** 90g,  
Kompot wieloowocowy 200ml

Przekąska owocowa jabłko - wiśnia bez dodatku cukru 1szt.

**Piątek**  
**13.09**

Zupa krem z czerwonej soczewicy z ziarnami i zieloną natką pietruszki **(1,7,9)** 300ml

Placuszki twarogowe z pieca **(1,3,7)** 4szt.  
Polewa owocowa na jogurcie 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. Orzechy 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