

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



 rettman	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
Poniedziałek 09.06	Krupnik z kaszą jęczmienną i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Ryż zapiekany z owocami 250g, Polewa waniliowa własnego wyrobu (7) 90g kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Wtorek 10.06	Zupa fasolowa z ziemniakami i zieloną natką pietruszki (1,9) 300ml	Paluszki rybne z fileta 100% z mintaja (1,3,4,7,9,10) 2szt., Puree ziemniaczane (7) 150g, Surówka z buraczków 90g, Kompot wieloowocowy 200ml	Koktajl owocowy własnego wyrobu na mleku (7) 150g
Środa 11.06	Kremowa zupa śródziemnomorska z prażonymi ziarnami i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Gulasz ze schabu i kolorowych warzyw (1,7) 150g Kasza gryczana 150g, Surówka z tartej marchewki (7) 45g, kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Czwartek 12.06	Barszcz ukraiński z fasolą i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Udko z kurczaka z (1) 1szt. Ziemniaki z koperkiem 150g, Marchewka z groszkiem na ciepło (1,7) 90g, Kompot wieloowocowy 200ml	Chałka drożdżowa (1,3,7) z dżemem owocowym niskośłodczonym 1szt.
Piątek 13.06	Krem z białych warzyw z groszkiem ptysowym i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Pampuchy drożdżowe na parze (1,3,7) 2szt. polewa truskawkowa 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

Jadłospis dla Szkoły Podstawowej nr 37 - ul. Sarbinowska 10

Jadłospis podstawowy



 rettman	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
Poniedziałek 16.06	Zupa z naturalnie kiszonych ogórków z ziemniakami i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Makaron spaghetti (1) z pomidorowym pesto własnego wyrobu (1,7,9) 170g/170g posypyany wiórkami sera żółtego (7) kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Wtorek 17.06	Zupa pomidorowa z ryżem i zieloną natką pietruszki (1,7,9) 300ml	Mintaj w panierce z pieca (1,3,4) 90g, Puree ziemniaczane (7) 150g, Surówka z kiszonej kapusty z marchewką, jabłkiem i drobno posiekaną cebulką 90g, kompot wieloowocowy 200ml	Wafel ryżowy z powidłami śliwkowymi 2szt.
Środa 18.06	Rosół z makaronem z pszenicy twardej i zieloną natką pietruszki (1,9) 300ml	Puszyste pancakes (1,3,7) 4szt. z musem owocowym własnego wyrobu owoców 90g, kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Czwartek 19.06	BOŻE CIAŁO		
Piątek 20.06	DZIEŃ WOLNY		

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