

## Szkola nr 15 03.02-14.02.2025

L.p.	Dzień tygodnia	Obiady	Ilość w gramach
1	Poniedziałek (03.02)	Kolorowa zupa warzywna (1,7,9) Kurczak w sosie z warzywami z makaronem pszennym(1,7,9) Jabłko Woda	350 150 200 1 szt. 200
2	Wtorek (04.02)	Rosolnik (1,7,9) Potrawka z ryżem, dynią i mięsem wieprzowym (1,7,9) Mandarynka Woda	350 300 1 szt. 200
3	Środa (05.02)	Zupa marchewkowa z zielonym groszkiem (1,7,9) Paluszki rybne (1,3,4) Sos koperkowo-cytrynowy (1,7,9) Ziemniaki Surówka z kapusty kiszonej (drobno posiekana) Jabłko Woda	350 120 80 200 100 1 szt. 200
4	Czwartek (06.02)	Zupa ziemniaczana z marchewką (1,7,9) Ziemniaki pieczone Pulpety wieprzowe (1,3,7) Sos pomidorowy (1,7,9) Bukiet warzyw gotowanych (7,9) Banan Woda	350 200 100 80 100 1 szt. 200
5	Piątek (07.02)	Zupa buraczkowa (1,7,9) Kluseczki ziemniaczane w warzywnym gulaszu (1,3,7) Jabłko Woda	350 240 1 szt. 200

**Szkoła nr 15 03.02-14.02.2025**

<b>L.p.</b>	<b>Dzień tygodnia</b>	<b>Obiady</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Wartość odżywcza</b>
1	Poniedziałek (10.02)	Zupa kalafiorowa z fasolką szparagową (1,7,9) Makaron z mięsem wieprzowym w sosie bolońskim (1,7,9) Owoc Woda z sokiem	350 300 1szt. 200	<b>kcal : 723</b> <b>b : 30.58g</b> <b>t : 24.98g</b> <b>w: 98.81g</b>
2	Wtorek (11.02)	Krupnik (1,7,9) Ziemniaki pieczone Filet drobiowy (1,3,7) Sos koktajlowy (1,7,9) Bukiet warzyw gotowanych (3,7) Owoc Woda	350 200 100 80 100 1 szt. 200ml	<b>kcal : 662</b> <b>b : 32.35g</b> <b>t : 21.19g</b> <b>w : 91.35g</b>
3	Środa (12.02)	Barszcz biały (1,7,9) Ziemniaki tłuczone Filet z dorsza gotowany w ziołach (1,3) Sos koperkowo - cytrynowy (1,7,9) Surówka z kapusty kiszanej (7) Owoc Woda	350 100 80 200 100 1 szt. 200	<b>kcal : 718</b> <b>b : 24.33g</b> <b>t : 23.55g</b> <b>w: 106.94g</b>
4	Czwartek (13.02)	Zupa pomidorowa z ryżem (1,7,9) Ziemniaki pieczone Roladka drobiowa ze szpinakiem (1,3,7) Sos śmietankowy (1,7,9) Buraczki (7) Owoc Woda	350 200 100 80 100 1szt. 200	<b>kcal : 733</b> <b>b : 43.54g</b> <b>t : 21.74g</b> <b>w: 96.99g</b>
5	Piątek (14.02)	Zupa brokułowa (1,7,9) Kopytka z kapustą zasmażaną Owoc Woda	350 300 1 szt. 200	<b>kcal : 682</b> <b>b : 27.49g</b> <b>t : 18.35g</b> <b>w: 107.05g</b>

## Szkoła nr 15 03.02-14.02.2025

### Lista alergenów

1. Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, pszenica orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne.
2. Skorupiaki i produkty pochodne.
3. Jaja i produkty pochodne.
4. Ryby i produkty pochodne.
5. Orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) i produkty pochodne.
6. Soja i produkty pochodne.
7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą).
8. Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne.
9. Seler i produkty pochodne.
10. Gorczyca i produkty pochodne.
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne.
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO<sub>2</sub>.
13. Łubin i produkty pochodne.
14. Mięczaki i produkty pochodne.