

Szkoła nr 15 21.10-31.10.2024

L.p.	Dzień tygodnia	Obiady	Ilość w gramach	Wartość odżywcza
1	Poniedziałek (21.10)	Zupa ziemniaczana (1,7,9) Kaszotto z mięsem wieprzowym i warzywami (1,7,9) Woda Jabłko	350 300 200ml 1szt.	kcal: 715 b : 38.56g t : 21.62g w: 93.92g
2	Wtorek (22.10)	Zupa grochowa (1,7,9) Udko pieczone w marynacie miodowo-ziółowej Ziemniaki gotowane Sos pietruszkowy (1,7,9) Marchewka gotowana (7) Woda Banan	350 1 szt. 200 80 100 200 1 szt.	kcal: 747 b : 36.05g t : 21.29g w : 108.62g
3	Środa (23.10)	Rosół z makaronem (1,9) Ziemniaki gotowane Kotlet schabowy panierowany pieczony (bez smażenia) (1) Sos myśliwski (1,7) Buraczki tarte (7) Woda Gruszka	350 200 100 80 100 200 1 szt.	kcal: 714 b : 43.72g t : 20.05g w: 95.79g
4	Czwartek (24.10)	Barszcz ukraiński (1,7,9) Ryż z twarogiem i musem owocowym (7) Woda Kiwi	350 260 200 1 szt.	kcal: 611 b : 24.43g t : 18.01g w: 89.00g
5	Piątek (25.10)	Krem z dyni (1,7,9) Paluszki rybne (1,3,4,7) Ziemniaki gotowane Sos koperkowo-cytrynowy (1,7,9) Surówka z kiszanej kapusty (drobno posiekana) Woda Jabłko	350 120 200 80 100 200 1 szt.	kcal: 731 b : 25.05g t : 25.06g w: 106.24g

Szkoła nr 15 21.10-31.10.2024

L.p.	Dzień tygodnia	Obiady	Ilość w gramach	Wartość odżywcza
1	Poniedziałek (28.10)	Krem z zielonych warzyw (1,7,9) Makaron pszenny (1) Sos bolognese z mięsem wieprzowym (1,7,9) Jabłko Woda	350 150 200 1 szt. 200	kcal : 691 b : 30.14g t : 21.96g w: 97.94g
2	Wtorek (29.10)	Krupnik (1,7,9) Ziemniaki gotowane Filet drobiowy panierowany pieczony (1,3,7) Sos pieczarkowy (1,7,9) Surówka wielowarzywna (7,9) Kiwi Woda	350 200 100 80 100 1 szt. 200ml	kcal : 697 b : 38.59g t : 19.13g w : 96.61g
3	Środa (30.10)	Zupa ogórkowa (1,7,9) Ziemniaki Pieczeń rzymska (mięso wieprzowe) z farszem szpinakowym - pieczona (1,3,9) Sos koperkowy z czosnkiem (1,7,9) Buraczki tarte (7) Gruszka Woda	350 200 100 80 100 1 szt. 200	kcal : 732 b : 39.87g t : 23.65g w: 95.82g
4	Czwartek (31.10)	Krem z marchewki (1,7,9) Lane kluski z twarogiem, kapustą i okrasą (1,3,7) Banan Woda	350 300 1 szt. 200	kcal : 765 b : 34.97g t : 24.26g w: 105.97g
5	Piątek (01.11)	DZIEŃ WOLNY		

Szkoła nr 15 21.10-31.10.2024

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 SO₂.
13. Łubin i produkty pochodne.
14. Mięczaki i produkty pochodne.