



PLACÓWKA:

**SZKOŁA ASFALTOWA**

DATA:

**02 – 11.10.2024r.**

		OBIAD	
Poniedziałek 30.09	Zupa jarzynowa (kalafior, groszek) z ziemniakami (zawiera: <b>mleko, seler, pszenicę</b> ) 300ml Spaghetti z sosem bolońskim z mięsem z szynki wieprzowej (zawiera: <b>pszenicę</b> ) 300g, sałatka z ogórka kiszzonego z wiórkami marchewki i winegret (zawiera: <b>gorczycę</b> ) 80g, kompot cytrusowy z melisą z imbirem 200ml <i>DESER – shake kakaowo – bananowy (zawiera: mleko) 220ml</i>	Poniedziałek 07.10	Jesienna zupa jarzynowa z brukselką i ziemniakami (zawiera: <b>mleko, pszenicę, seler</b> ) 300ml Gulasz z indyka (zawiera: <b>pszenicę</b> ) 150g, kasza jęczmienna (zawiera: <b>jęczmień</b> ) 150g, surówka z marchewki, pora, jabłka, kalarepki 80g, kompot cytrusowy z melisą 200ml <i>Deser – Koktajl brzoskwiniowy na jogurcie (zawiera: mleko) 150ml</i>
Wtorek 01.10	Krupnik z trzech kasz (wiejska, jaglana, biała gryczana)(zawiera: <b>seler, jęczmień</b> ) 300ml Kotlet pożarski (zawiera: <b>jaja, pszenicę</b> ) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, mizeria (zawiera: <b>mleko</b> ) 80g, kompot śliwkowo - jabłkowy z cynamonem 200ml <i>Deser - Bułeczka „katarzynka” (zawiera: pszenicę, jaja) 1szt.</i>	Wtorek 08.10	Krem z białych warzyw (kalafior, pietruszka, seler) z grzankami (zawiera: <b>mleko, seler, pszenicę, żyto</b> ) 300ml Łazanki z kiszonej kapusty z kawałkami wieprzowiny (zawiera: <b>pszenicę</b> ) 220g, surówka z buraczków 40g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml <i>Deser – banan 1szt.</i>
Środa 02.10	Krem z dyni z grzankami (zawiera: <b>seler, pszenicę, żyto, mleko</b> ) 300ml Filet z mintaja (zawiera: <b>ryby, pszenicę, jaja</b> ) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z kiszonej kapusty z natką pietruszki 80g, kompot cytrusowy z dziką różą 200ml <i>Deser – jabłko 1szt.</i>	Środa 09.10	Rosół z zacierkami jajecznymi (zawiera: <b>seler, pszenicę, jaja</b> ) 300ml Udko pieczone z kurczaka 1szt., ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z kapusty pekińskiej z dipem czosnkowym (zawiera: <b>mleko</b> ) 80g, kompot cytrusowy z miętą 200ml <i>Deser – śliwki 2szt.</i>
Czwartek 03.10	Zupa brokułowa z ziemniakami (zawiera: <b>pszenicę, seler, mleko</b> ) 300ml Sos meksykański z mięsem z indyka (papryka, pomidory, kukurydza) (zawiera: <b>pszenicę</b> ) 150g, ryż paraboliczny 150g, surówka coleslaw (zawiera: <b>mleko, jaja</b> ) 40g, kompot wieloowocowy 200ml 200ml <i>Deser – gruszka 1szt.</i>	Czwartek 10.10	Zupa pomidorowa z makaronem literki (zawiera: <b>pszenicę, seler, mleko</b> ) 300ml Stripsy z dorsza (zawiera: <b>rybę, pszenicę</b> ) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, fasolka szparagowa z sezamem (zawiera: <b>sezam</b> ) 80g, kompot jabłkowy z goździkami 200ml <i>Deser – budyń waniliowy (zawiera: pszenicę, mleko) 180ml</i>
Piątek 04.10	Barszcz ukraiński z ziemniakami (zawiera: <b>seler, pszenicę, mleko</b> ) 300ml Kopytka z białym serem i bułką tartą (zawiera: <b>pszenicę, mleko, jaja</b> ) 220g, surówka z marchewki z jabłkami 40g, kompot cytrusowy z miętą 200ml <i>Deser – bio ciasteczka orkiszowe z makiem bez cukru (zawiera: pszenicę, orkisz) 15g</i>	Piątek 11.10	Krem porowo – cukiniowy ze słonecznikiem (zawiera: <b>seler, pszenicę, mleko</b> ) 300ml Pierogi ruskie z cebulką (zawiera: <b>mleko, pszenicę</b> ) 5szt., kolorowa surówka z czerwonej kapusty parzonej 40g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml <i>Deser – snacki popkornowe naturalne 1szt. (35g)</i>

Pogrubioną czcionką **oznaczono alergeny** zgodnie z *Rozporządzeniem 1169/2011*. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny. Podczas wydawania posiłków do wybranej surówki dostępne są dla dzieci ziarna tkj. (słonecznik, dynia i siemien lniane). Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

*Opracowano przez: dietetyk Olę Będzińską*



PLACÓWKA:

**SZKOŁA ASFALTOWA**

DATA:

**14-25.10.2024r.**

OBIAŁ	
<p><b>Poniedziałek</b> 14.10</p> <p>Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami (zawiera: <b>pszenicę, seler</b>) 300ml Penne z sosem neapolitańskim z mozzarellą (zawiera: <b>pszenicę, mleko</b>) 220g, brokuły na parze z ziarnami (zawiera: <b>sezam</b>) 40g, kompot cytrusowy z imbirem 200ml <i>Deser – gruszka 1szt.</i></p>	<p><b>Poniedziałek</b> 21.10</p> <p>Zupa jarzynowa z cukinią i ziemniakami (zawiera: <b>pszenicę, mleko, seler</b>) 300ml Sos mięsny z warzywami z dodatkiem pieczarek (zawiera: <b>pszenicę</b>) 150g, makaron razowy (zawiera: <b>pszenicę</b>) 150g, surówka z ogórka kiszzonego z szczypiorkiem i koperkiem 80g, kompot cytrusowy z melisą 200ml <i>Deser – jabłko 1szt.</i></p>
<p><b>Wtorek</b> 15.10</p> <p>Rosół z makaronem (zawiera: <b>pszenicę, seler</b>) 300ml Pierś z kurczaka w panierce (zawiera: <b>pszenicę, jaja</b>) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, mizeria (zawiera: <b>mleko</b>) 80g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml <i>Deser – maślanka wiśniowa (zawiera: mleko) 150ml</i></p>	<p><b>Wtorek</b> 22.10</p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem (zawiera: <b>mleko, seler</b>) 300ml Kotlet jajeczny (zawiera: <b>pszenicę, jaja</b>) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, mix sałat z dipem jogurtowym (zawiera: <b>mleko</b>) 60g, kompot cytrusowy z miętą 200ml <i>Deser – Ciasto marchewkowe własnego wypieku (zawiera: pszenicę, jaja, mleko) ok. 60g</i></p>
<p><b>Środa</b> 16.10</p> <p>Zupa ogórkowa z ziemniakami (zawiera: <b>pszenicę, seler, mleko</b>) 300ml Jesienne leczy z kawałkami indyka 150g, ryż paraboliczny 150g, kalafior z fasolką szparagową na parze 40g Kompot cytrusowy z dziką różą 200ml <i>Deser – bio batonik orkiszowo -owsiany (zawiera: owies, pszenicę, orkisz mleko) 1szt.</i></p>	<p><b>Środa</b> 23.10</p> <p>Zupa dyniowa z dodatkiem soczewicy z ziemniakami (zawiera: <b>seler</b>) 300ml Fiet drobiowy sute (zawiera: <b>pszenicę</b>) w sosie koperkowym (zawiera: <b>mleko, pszenicę</b>) 150g, kasza pęczak (zawiera: <b>jęczmień</b>) 150g, surówka z buraczków i jabłka 80g, kompot porzeczkowy 200ml <i>Deser – gruszka 1 szt.</i></p>
<p><b>Czwartek</b> 17.10</p> <p>Krupnik jęczmienny z natką pietruszki (zawiera: <b>jęczmień, seler</b>) 300ml Filet z miruny pieczony (zawiera: <b>pszenicę, rybę, jaja</b>) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z białej kapusty z papryką 80g Kompot jabłkowy z goździkami 200ml <i>Deser – banan 1szt.</i></p>	<p><b>Czwartek</b> 24.10</p> <p>Krem brokułowo – serowy z grzankami (zawiera: <b>mleko, seler, pszenicę, żyto</b>) 300ml Stripsy z dorsza i mintaja (zawiera: <b>pszenicę, ryby</b>) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z kiszonej kapusty z natką pietruszki 80g, kompot śliwkowy z goździkami 200ml <i>Deser – banan 1szt.</i></p>
<p><b>Piątek</b> 18.10</p> <p>Barszcz biały z jajkiem (zawiera: <b>pszenicę, żyto, jaja mleko, seler</b>) 300ml Knedle z truskawkami (zawiera: <b>pszenicę, jaja</b>) 5szt., polewa jogurtowo – waniliowa (zawiera: <b>mleko</b>) 80ml, surówka z marchewki i brzoskwini 40g, kompot gruszkowy z cynamonem 200ml <i>Deser – jabłko 1szt.</i></p>	<p><b>Piątek</b> 25.10</p> <p>Zupa grochowa z majerankiem (zawiera: <b>seler, pszenicę, mleko</b>) 300ml Pampuchy drożdżowe (zawiera: <b>pszenicę, jaja, mleko</b>) 3szt., polewa jogurtowo – truskawkowa (zawiera: <b>mleko</b>) 80ml, surówka z marchewki z masłem orzechowym arachidowym (zawiera: <b>orzechy</b>) 40g, kompot jabłkowy 200ml <i>Deser – bio herbatniki bez cukru mini zoo (zawiera: pszenicę) 20g</i></p>

Pogrubioną czcionką **oznaczono alergeny** zgodnie z *Rozporządzeniem 1169/2011*. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny. Podczas wydawania posiłków do wybranej surówki dostępne są dla dzieci ziarna tkj. (słonecznik, dynia i siemien lniane). *Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.*

*Opracowano przez: dietetyk Olę Będzińską*

PLACÓWKA: **SZKOŁA ASFALTOWA** DATA: **28-31.10.2024r.**

OBIAD	
Poniedziałek 28.10	<p>Zupa z zielonego groszku z ziemniakami (zawiera: <b>seler, pszenicę, mleko</b>) 300ml                      Kurczak w sosie pomidorowym z warzywami (zawiera: <b>pszenicę</b>) 150g, ryż brązowy 150g, surówka z białej kapusty z koperkiem 40g,                      rozgrzewający kompot ziołowy z melisą, cytryną i imbirem 200ml  <i>Deser – gruszka 1 szt.</i></p>
Wtorek 29.10	<p>Rosół z makaronem i natką pietruszki (zawiera: <b>seler, pszenicę</b>) 300ml                      Kotlet mielony wieprzowy (zawiera: <b>pszenicę, jaja</b>) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g,                      buraczki z chrzanem 80g, kompot jabłkowy z goździkami 200ml  <i>Deser – jabłko 1szt.</i></p>
Środa 30.10	<p>Krem dyniowy z grzankami (zawiera: <b>seler, pszenicę, żyto, mleko</b>) 300ml                      Filet z morszczuka pieczony (zawiera: <b>pszenicę, ryby, jaja</b>) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g,                      bukiet warzyw (fasolka zielona, mini marchewki, kalafior) na parze 80g, kompot z miętą i dziką różą 200ml  <i>Deser – koktajl truskawkowy na mleku (zawiera: <b>mleko</b>) 150ml</i></p>
Czwartek 31.10	<p>Krupnik z trzech kasz (jaglana, manna i kukurydziana) (zawiera: <b>seler, pszenicę</b>) 300ml                      Kotlet schabowy (zawiera: <b>pszenicę, jaja</b>) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g                      surówka z czerwonej kapusty parzonej z jabłkiem 80g, kompot śliwkowy 200ml  <i>Deser – bio sezamki (zawiera: <b>pszenicę, sezam</b>) 20g</i></p>

Pogrubioną czcionką **oznaczono alergeny** zgodnie z *Rozporządzeniem 1169/2011*. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny. Podczas wydawania posiłków do wybranej surówki dostępne są dla dzieci ziarna tkj. (słonecznik, dynia i siemię lniane). *Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.*

*Opracowano przez: dietetyk **Olę Będzińską***