

Menu szkolne wrzesień 2021r

-Firma J.B.Partners Anna Topa nie ponosi odpowiedzialności za dzieci z dietami eliminacyjnymi w alergii pokarmowej, będące pod ścisłą kontrolą lekarza.

- Z mocy postanowień ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych, intendent-dietetyk zastrzega sobie prawo kopiowania, udostępniania treści jadłospisu.

-Firma J.B.Partners Anna Topa ściśle przestrzega Rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016 r. w sprawie grup środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełniać środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego.

DATA	ZUPA	II DANIE
Środa 1.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1102,3 b: 47,7 g, t: 44,1 g, w: 141,2 g	Krem z dyni serwowany z grzankami gotowany na wywarze warzywnym 250ml (składniki: woda marchewka, dynia, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy, pieczywo <u>pszenne</u>, koncentrat pomidorowy 30%) Alergeny:1,	Pieczona pałka z kurczaka, ziemniaki, 80g, puree ziemniaczane 120g, colesław 85g (składniki: kurczak , przyprawy, cytryna,mąka <u>pszenna</u>, ziemniaki, marchew, kapusta <u>masło</u> extra, przyprawy) (mąka: typ 450-tortowa) Alergeny:1,7 cytrusy
Czwartek 2.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:931,2 b: 27,7 g, t: 29,8 g, w: 118,2 g	Zupa kalafiorowa gotowana na wywarze drobiowym 250ml (składniki:woda, brokuł, kalafior, marchewka, pietruszka, por, przyprawy, lubczyk) Alergeny: brak	gulasz wieprzowy kasza jęczmienna , surówka z marchewki z rodzynkami (składniki: kasza jęczmienna , ziemniaczana, mięso wieprzowe, przyprawy Alergeny:1.7
Piątek 3.09.2021 Informacja	Zupa z soczewicy 250ml (składniki: soczewica woda marchewka, pietruszka, koncentrat pomidorowy 30%, przyprawy,)	Ryba panierowana, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty (składniki: (ryba morszczuk 90 gr ziemniaki80 gr , surówka z kapusty kiszonej 50 gr bułka tarta)

żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1066,9 b: 49,9 g, t: 30,2 g, w: 148,9 g	Alergeny: brak	alergeny: 1,4
Poniedziałek 6.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1002,4 b: 37,2 g, t: 29,8 g, w: 128,6 g	Zupa brokułowa z ziemniakami, gotowana na wywarze warzywnym 250ml (składniki: brokuły, marchewka, pietruszka, por, <u>seler</u>, ziemniaki, lubczyk, przyprawy) Alergeny: 9	Makaron bolognese, sałatka szwedzka z ogórków kwaszonych z oliwą 165/90g (składniki: makaron zaw. 100% durum, mięso wieprzowe, cebula, marchewka, ogórek kwaszony, cebula, olej, koncentrat pomidorowy 30%, mąka <u>pszenna z pszenicy</u>) Makaron 100% durum (składniki: semolina - mąka z <u>pszenicy</u> durum, woda, może zawierać śladowe ilości <u>jajka</u>) Surówka: (składniki: ogórek kwaszony, cebula, olej rzepakowy) Alergeny: 1,3
Wtorek 7.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:997,6 b: 37,7 g, t: 34,8 g, w: 124,8 g	Barszcz ukraiński z drobną fasolką 250ml (składniki: woda, buraki, marchewka, pietruszka, por, <u>fasola</u>, ziemniaki, lubczyk) Alergeny: brak	Kotlecik z ciecierzycy i brokuła z siemieniem lnianym i czarnuszką, sos pieczarkowy, ziemniaki, surówka z marchewki z jabłkiem 100/100/60 (składniki: cieciora, ziemniaki, groszek, marchewka, jabłko, czarnosza siemę lniane) Alergeny: brak
Środa 8.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1014,8 b: 44,6 g, t: 28,8 g, w: 136,7 g	Zupa ogórkowa 250ml (składniki: <u>ogórki kwaszone</u>, marchewka, <u>seler</u>, pietruszka, por, lubczyk, przyprawy) Alergeny: brak	Eskalopka drobiowa panierowana, ziemniaki, surówka z kapusty z marchewką 85/50/120/85g (składniki: mięso drobiowe <u>jajka</u>, bułka tarta- <u>pszenna</u>, burak przyprawy, olej rzepakowy) Alergeny: 1,3
Czwartek	Zupa porowa z ziemniakami gotowany na bulionie warzywnym 250ml (składniki: woda, por, marchewka, pietruszka, por, przyprawy, ziemniaki)	Medalion rybny w sosie koperkowym, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty 155/85g (składniki: mąka <u>pszenna</u>, <u>jajko</u>, <u>ryba miruna</u>, bułka tarta- <u>pszenna</u>, woda, sól, marchewka, jabłko, olej)

9.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:988,6 b: 24,3 g, t: 30,8 g, w: 114,8 g	Alergeny: brak	Alergeny: 1,3, 4
Piątek 10.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1001,9 b: 25,7 g, t: 29,8 g, w: 129,7 g	Letnia zupa warzywna z zielonym groszkiem gotowany na wywarze warzywnym 250ml (składniki: woda, groszek, brokuł, kalafior, , marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy,) Alergeny: 1,	Pierogi ruskie ,100 gr surówka z czerwonej i białej kapusty 85g, (składniki: mięso wieprzowe mąka <u>pszenna</u>, ziemniaki,, ,kapusta biała i czerwona , przyprawy (mąka: typ 450-tortowa) alergeny: 1,7
poniedziałek 13.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1003,15 b: 43,7 g, t: 31,8 g, w: 148,2 g	Zupa węgierska z ziemniakami, gotowana na wywarze warzywnym 250ml (składniki: woda, papryka, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki) Alergeny: brak	Potrawka drobiowa, ryż, surówka z białej kapusty z koperkiem 90/100/ 85g (składniki: mięso wieprzowe, koncentrat pomidorowy 30%, przyprawy, marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, mąka <u>pszenna</u>, kasza gryczana, buraki, jabłka, olej, przyprawy) (mąka typ 450-tortowa) Alergeny: 1,9
Wtorek 14.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1006,4 b:	Zupa pomidorowa, z makronem gotowana na wywarze drobiowym 250ml (składniki: woda, koncentrat pomidorowy, pomidory, makaron pszenny pietruszka, por, , przyprawy, lubczyk) Alergeny: 1	Kotlecik bez panierki ala stek - wieprzowy w sosie , ziemniaki, buraczki, 110/95/80g (składniki: mięso wieprzowe, buraczki, przyprawy) Alergeny: 1,3

47,7 g, t: 31,3 g, w: 124,3 g		
Środa 15.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1102,3 b: 47,7 g, t: 44,1 g, w: 141,2 g	Krem z marchewki z groszkiem ptysowym 250ml (składniki: woda marchewka, pietruszka, por, (składniki: semolina-mąka z pszenicy razowa, woda przyprawy,) Alergeny:1,3,9	Łazanki z mięsem mielonym i modrą kapustą 120gr (składniki::mięso drobiowe bez skóry, jajka , bułka tarta- pszenna , przyprawy, olej rzepakowy) Alergeny:1,3
Czwartek 16.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:931,2 b: 27,7 g, t: 29,8 g, w: 118,2 g	Ogórkowa gotowany na bulionie warzywnym 250ml (składniki: woda,ogórki kwaszone, marchewka, pietruszka, por, przyprawy, ziemniaki) Alergeny:brak	Ryba w złocistej panierce, puree ziemniaczane, surówka colesław 80/120/85g (składniki: tilapia bez skóry , marchew, kapusta, jajka , mąka pszenna , bułka tarta pszenna , ziemniaki, przyprawy) Alergeny:1,3,4
Piątek 17.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1066,9 b: 49,9 g, t: 30,2 g, w: 148,9 g	Zupa z zielonej fasolki 250ml (składniki: woda, kasza jęczmienna , marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy,) Alergeny: 1	Pierogi leniwe, surówka z marchewki i jabłka 150/50/95g (składniki:, jajka , mąka pszenna , bułka pszenna , mąka ziemniaczana, olej rzepakowy, marchew, jabłko,,cebula,) mąka: typ 450-tortowa bułka tarta: (składniki: mąka pszenna , sól) Alergeny:1,3,7,12
Poniedziałek 20.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1	Zupa z kaszą jaglaną i warzywami 250ml (składniki kasza jaglana, marchewka, pietruszka, por, seler , ziemniaki, lubczyk, przyprawy) Alergeny: 9	Wieprzowina ze schabu w stylu orientalnym, ryż , surówka z kapusty na słodko 90/ 100/ 95g (składniki: ryż,, mięso ze schabu , por, marchew, brokuł, kalafior, kukurydza, przyprawy, mąka ziemniaczana ,) Alergeny:1

porcji posiłku: kcal:1002,4 b: 37,2 g, t: 29,8 g, w: 128,6 g		
Wtorek 21.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:997,6 b: 37,7 g, t: 34,8 g, w: 124,8 g	Zupa botwinkowa 250ml (składniki: woda, botwina, buraki, ziemniaki, , marchew, lubczyk) Alergeny: brak	Bitka drobiowa z sosem cebulowym, ziemniaki marchewka90/g (składniki: mięso drobiowe bez skóry, cebula, przyprawy, ziemniaki, marchewka ,) Alergeny: brak
Środa 22.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1014,8 b: 44,6 g, t: 28,8 g, w: 136,7 g	Krem z dyni i pomidorów z ziołowymi grzankami 250gr brokuł marchewka, dynia , pomidory pietruszka, por, przyprawy, ziemniaki, lubczyk grznaki z pieczywa pszennego) Alergeny: 1	Kaszotto z warzywami po indyjsku sałatka z buraczków z dodatkiem jabłka 120/90g (składniki: kasza pęczak koncentrat pomidorowy 30%,marchewka, pr, buraki, , przyprawy, buraki, jabłka, olej przyprawy) Alergeny:1
Czwartek 23.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:988,6 b: 24,3 g, t: 30,8 g, w: 114,8 g	Zupa brokułowa 250ml (składniki: brokuł, groszek, , pietruszka, por, przyprawy, ziemniaki) Alergeny:brak	Pulpecik w sosie koperkowym , makaron surówka z kapusty 100/ 90,60 (składniki:, , mąka pszenna, , kapusta ,koperek, makaron pszenny koper) Alergeny:1,3,4
Piątek 24.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1	Rosolnik ryżowy250ml (składniki:ryz, , ,marchewka, pietruszka, por,) Alergeny: brak	Dukacik rybny z sosem pomidorowym, ziemniaki, surówka z kiszanej kapusty 155/50/85g (składnikiryba miruna, :ziemnaiki, pomidory pellatii s)

porcji posiłku: kcal:1001,9 b: 25,7 g, t: 29,8 g, w: 129,7 g		Alergeny:7
poniedziałek 27.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1021,1 b: 23,7 g, t: 36,8 g, w: 138,1 g	Barszcz czerwony z ziemniakami gotowany na bulionie warzywnym 250ml (składniki: woda,buraki marchewka, pietruszka, por, przyprawy, ziemniaki) Alergeny:brak	Makaron w sosie bolońskim surówka z marchewką ' z ananasem 155/50/85g (składniki:makaron pszenny, soso pomidory, przyprawy, mieso wiperzowe, marchew,ananas) Alergeny:brak
Wtorek 28.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1003,5 b: 47,7 g, t: 29,8 g, w: 139,9 g	Ryżowa zupa jarzynowa 250ml (składniki: ryż, dynia, ,marchewka, pietruszka, por,) Alergeny: ,9	Kotlecik mielony w sosie porowym 85 gr, ziemniaki 90gr , surówka z kiszonej kapusty 50 gr Składniki: wiperzowina, bułka tarta, jajako, mąka, kapusta kiszona, ziemniaki) alergeny : 1,3
środa 29.09.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:979,8 b: 27,7 g, t: 44,1 g, w: 127,3 g	Krupnik zabieleny 250ml (składniki:woda, kalafior, marchewka, pietruszka, por, przyprawy, ziemniaki, lubczyk) Alergeny: brak	Kawalki Schabu duszony w warzywach , ryż, duszona marchewka z groszkiem 165/70g (składniki: ryż, mieso ze schabu cebula, śmietana 18% pomidory, koncentrat 30%,przyprawy) Alergeny:brak
Czwartek 30.09.2021	Pomidorowa z makaronem gotowany na wywarze warzywnym 250ml (składniki: makaron zaw.100% <u>durum</u>, marchewka,,pietruszk, por,) Alergeny: 1	Pulpecik pieczony w piecu serwowany z sosem cebulowym , puree ziemniaczane, pekinka z pomidorem 85/50/120g (składniki:mięso wieprzowe, ziemniaki , jajka, kapusta, przyprawy, cebula, ziemniaki, koncentrat pomidorowy 30%) Alergeny:1,3

Informacja żywnościowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1006,4 b: 47,7 g, t: 31,3 g, w: 124,3 g		
--	--	--

Legenda:

1. Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 6. Soja i produkty pochodne 7.Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) 8.Orzechy 9.Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki i