

PPHU JAN NAWRATIL UL SZKOLNA 10
59-726 Świątoszów

SZKOŁY GMINA SZPROTAWA
Jadłospis dla dzieci w wieku 7-15 lat

30.09 – 04.10.2024	Obiad
Poniedziałek 30,09,2024 Razem Kcal 810	ZUPA KALAFIOROWA 350G E,I,O GULASZ WIEPRZOWY 120G E,I KASZA GRYCZANA 200G SURÓWKA WIELOWARZYWNA 100G E JABŁKO 1 SZT
Wtorek 01,10,2024 Razem Kcal 870	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM 350G E,I,O KOTLET Z PIERSI KURCZAKA 100G A,I,E ZIEMNIAKI 200G BURACZKI 100G
Środa 02,10,2024 Razem 710 Kcal 770	ZUPA GROCHOWA 350G E,I,L PALUSZKI Z FILETA RYBY 100G A,B,I,E ZIEMNIAKI 200G SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY 100G KOMPOT Z OWOCÓW 200ML
Czwartek 03,10,2024 Razem ... 840.Kcal	ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM 350G E,I,O PULPETY WIEPRZOWE W SOSIE KOPERKOWYM 100G /50G A,I,E KASZA JECZMIENNA 200G J SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY 100G E KOMPOT Z OWOCÓW 200ML
Piątek 04,10,2024 Razem ... 780.Kcal	ZUPA KAPUSNIAK 350G E,I,L BUŁKI PAROWCE 250G A,I,O SOS JOGURTOWO- OWOCOWY 80G/30G - O MARCHEWKA DO CHRUPANIA 50G KOMPOT Z OWOCÓW 200ML

WSZYSTKIE POTRAWY SPORZADZONE ZGODNIE Z RECEPTURĄ POTRAW (DO WGLADU KONSUMENTA W PLACÓWCE)

Alergeny: A jaja , B ryby , C skorupiaki, D łubin ,E seler , F sezam, G dwutlenek siarki i siarczany w stężeniu 10mg/1kg lub 10mg /ltr, H orzechy- ziemne i arachidowe I Gluten pszenicy, J gluten Jęczmienia K gluten Owsa , Z gluten Żyta , L gorczyca i pochodne S soja, O laktaza z mleka i pochodnych . **Napoje:** cukier nie więcej niż 10g na 250ml napoju **Oleje ;** do smażenia i sałatek jest używany olej roślinny rafinowany o zawartości kwasów jednonienasyconych powyżej 50%i zawartość kwasów wielonienasyconych poniżej 40%

Przyprawy; wyłącznie naturalne (sól , pieprz czarny , pieprz ziołowy , papryka słodka , liść laurowy, ziele angielskie , majeranek , curry, czosnek, oregano, Bazylia

JADŁOSPIS SPORZADZIŁ ; Jan Nawratil

JADŁOSPIS ZATWIERDZIŁ mgr Elżbieta Nawratil – Poprawa