



JADŁOSPIS TYGODNIOWY 22.04.2024-26.04.2024

DZIEŃ	ŚNIADANIE 20-25% energii	DRUGIE DANIE+ OWOC 30% energii	ZUPA+PODWIECZOREK 20% energii
PON	Czekoladowe kulki na mleku (250ml), chleb mieszany (gluten pszenney, żytni) (35g) z masłem (mleko) (4g), szynka wiejska (40g), mix papryk (40g) Herbata cytrynowa słodzona miodem (200ml)	Łazanki z kiszonej kapusty z kielbasą (gluten pszenney, mleko) (200g), jabłko 1szt. Kompot z gruszek (200 ml)	Zupa koperkowa z ryżem (seler) (250 ml) Wafel z dżemem brzoskwiniowym (60g) Inka cynamonowa (gluten z jęczmienia, mleko) (200ml)
WT	Kasza manna na mleku (gluten pszenney, mleko)(150 ml). Chleb razowy z masłem (mleko)(4g), jajecznicza ze szczypiorkiem (jajko) (60g), ogórek zielony (40g) Herbata earl gray (200ml)	Udko z kurczaka (100g) ziemniaki (150g), surówka z selera z rodzynekami na jogurcie (seler, mleko) (80g) kiwi 1szt. Kompot z truskawek (200 ml)	Zupa krem z cukinii (seler) (250 ml) Kisiel wiśniowy (150 ml), Ciasteczko BioAnia (gluten pszenney, jaja)(10g) Herbata miętowa z pomarańczą (200ml)
ŚR	Chleb żytni ze słonecznikiem (gluten żytni) z masłem (mleko) (60g/8g), karczek pieczony WYRÓB WŁASNY (40g), sałata (40g) Kawa zbożowa (gluten z jęczmienia) z mlekiem (mleko) (200 ml)	Paluszki rybne (gluten pszenney, ryba), (80g), ziemniaki z koperkiem (150g), brokuły na parze (80g), gruszka 1szt Kompot z jabłek z imbirem(200 ml)	Barszcz czerwony (seler) (250 ml) Deser na jogurcie greckim (mleko) z chia i musem owocowym (150 ml), chrupki kukurydziane (5g) Woda mineralna (200ml)
CZW	Pieczywo orkiszowe(gluten pszenney, żytni, grys/mąka jęczmienny/a,) (60g) z masłem (mleko) (8g), kielbasa szlachecka (40g), kalarepa (40g), Bawarka z mlekiem (200 ml)	Wątróbka drobiowa z cebulką w sosie własnym (gluten pszenney) (80g), kasza jęczmienna (gluten jęczmienny)(130g), surówka z ogórka kiszzonego i cebulki (60g), banan 1szt. Kompot z aronii (200 ml)	Zupa pomidorowa (seler) (250 ml) Ciasto drożdżowe z kruszonką (mleko,jaja, gluten pszenney) (60g) WYPIEK WŁASNY Kakao (mleko) (200ml)
PT	Płatki z pełnego ziarna pszenicy na mleku (250ml). Chleb pszenney (gluten pszenney) (60g) z masłem (mleko) (8g), szynka konserwowa (40g), pomidor (40g) Herbata z cytryną (200 ml)	Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem (200 g), polany śmietaną (mleko) (50ml), plaster melona 1szt. Kompot ze śliwek (200ml)	Zupa z ciecierzycy (mleko)(250ml) Bułka sezamka z masłem (mleko) (60g/8g), parówka z szynki (50g), roszponka (5g) Woda mineralna (200ml)

Intendent ZSP nr 4. Tłustym drukiem zaznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem nr 1169/2011. Dzieci z nietolerancją pokarmową otrzymują posiłki zamienne.

Dyrektor zastrzega zmiany w jadłospisie. Na terenie stołówki mogą występować: **soja, sezam, seler, orzechy, gorczyca**

DYREKTOR:

V-ce DYREKTOR
Zespołu Szkolno-Przedszkolnego nr 4

mgr Ewa Brzyska

INTENDENT:

Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 4

Maryjka
Intendent

SZEF KUCHNI:

Majmun Wanda