

# JADŁOSPIS TYGODNIOWY

## 06.05.2024-10.05.2024

DZIEŃ	ŚNIADANIE 20-25% energii	DRUGIE DANIE+ OWOC 30% energii	ZUPA+PODWIECZOREK 20% energii
PONIDZIAŁEK	Kasza manna na mleku (gluten pszenney) (250 ml) chleb żytni ze słonecznikiem ( <b>gluten pszenney</b> ) (30g) z masłem ( <b>mleko</b> ) (4g), szynka parzona (35g), mix papryk (40g)  Herbata malinowa (200 ml)	Spaghetti z mięsem mielonym ( <b>gluten pszenney, jaja, mleko</b> ) (200 g), szpinak baby z sosem vinegrette (40g), jabłko 1szt.  Napój pomarańczowy z miodem (200 ml)	Zupa - krem z białych warzyw ( <b>seler</b> ) (250 ml)  Omlet z cukrem pudrem ( <b>gluten pszenney, mleko</b> ) (60g), <b>WYPIEK WŁASNY</b>  Kakao ( <b>mleko</b> ) (200 ml)
WTOREK	Chleb graham ( <b>gluten pszeny, żytni</b> ) z masłem ( <b>mleko</b> ) (60/8g), jajko (30g), szynka wiejska (20g) rozszponka (40g)  Bawarka ( <b>mleko</b> ) (200 ml)	Nuggetsy z kurczaka ( <b>gluten pszenney, jaja</b> ) (80g), ziemnaki (150g), mizeria ze śmietana ( <b>mleko</b> ) (60g), kiwi 1szt.  Kompot z jabłek z imbirem(200 ml)	Zupa krupnik ( <b>gluten pszenney, seler</b> ) (250 ml)  Talerzyk różności owocowych (gruszka, banan, jabłko) (100g), weka z masłem ( <b>mleko</b> ), (30g/4g)  Herbata z miodem (200 ml)
ŚRODA	Chleb mazurski z masłem ( <b>gluten żytni, płatki owsiane</b> ), (60g/8g), parówka z szynki (50g), ogórek kiszony (40g)  Herbata malinowa (200 ml)	Miruna panierowana z sosem brokułowym( <b>ryba, gluten pszenney, jaja</b> ) (80g) piure ziemniaczane ( <b>mleko</b> ) (150 g), surówka COLESŁAW na jogurcie ( <b>mleko</b> ) (60g), plaster melona 1 szt.  Napar miętowy z pomarańczą (200ml)	Zupa pomidorowa ( <b>gluten pszenney, seler</b> ) (250g)  Budyń czekoladowy ( <b>mleko</b> ) (150 g), herbatnik ( <b>gluten pszenney, jaja</b> ) (20g)  Woda mineralna (200ml)
CZWARTEK	Rogalik pszenney z masłem i dżemem ( <b>gluten pszenney, jaja, mleko</b> ) (60g/8g/40g), marchewka (20g), jabłko (25g)  Mleko (200 ml)	Paprykarz drobiowy ( <b>gluten pszenney</b> ) (110 g) kasza pęczak ( <b>gluten jęczmienny</b> ), (130g) kalafior z masłem ( <b>gluten pszenney, mleko</b> ) (80g), banan 1szt.  Kompot z jabłek i porzeczek (200 ml)	Zupa jarzynowa ( <b>seler</b> ) (250 ml)  Chleb orkiszowy z masłem i serem żółtym ( <b>gluten pszenney, mleko</b> ) (30g/4g/20g), kielbasa leszczyńska (50g), biała rzepa (40g)  Kawa zbożowa z <b>mlekiem</b> (200ml)
PIĄTEK	Ryż na mleku (250 ml) chleb 7 ziaren z masłem ( <b>gluten pszenney, żytni</b> ), pasztet pieczony (35g), pomidor koktajlowy (40g)  Herbata earl grey (200 ml)	Naleśniki z białym serem i polewą jogurtowo - jagodową ( <b>gluten pszenney, mleko</b> ) (2 szt / 50ml ), gruszka 1szt.  Sok jabłkowy z miętą(200ml)	Zupa ogórkowa ( <b>seler</b> ) (250 ml)  Bułka kajzerka z masłem, poledwica sopocka, sałata ( <b>gluten pszenney, mleko</b> ) (40g/30g/40g)  Woda z cytryną (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:

INTENDENT:

SZEF KUCHNI:

V-ce DYREKTOR  
Zespołu Szkolno-Przedszkolnego nr 4  
mgr Ewa Brzyska

Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 4  
Marylka  
Intendent

Majmar Wandie