



JADŁOSPIS TYGODNIOWY 27.01.2025- 31.01.2025



DZIEŃ	ŚNIADANIE 20-25% energii	DRUGIE DANIE+ OWOC 30% energii	ZUPA+PODWIECZOREK 20% energii
PONIEDZIAŁEK	Chleb żytni z masłem (gluten, mleko) (30g/5g), szynka wiejska(40g), pomidor malinowy(40g), suszona morela (15g) Kawa inka na mleku (mleko) 200ml	Łazanki z kielbasą i kapusta kiszona (gluten, jaja) (250g),herbatniki (gluten)(50g), mandarynka 1szt. Kompot truskawkowy (200ml)	Zupa krem z cukinii z grzankami i prażonymi pestkami zabieleną jogurtem (gluten, seler, mleko) (250ml/5g) Kisiel wiśniowy (gluten) pałka kukurydziana (20g) Herbata z melisą (200ml)
WTOREK	Sucharki na mleku (gluten) (200ml), chleb mazurski z masłem (mleko, gluten) (30g/5g), pasta-jajeczno-serowa(jaja,mleko) (40g/5g),kabanos drobiowy(20g) marchewka w słupki (20g), Herbata brzoskwiniowa (200ml)	Stripsy z indyka pieczone w przyprawach(80g), ziemniaki z koperkiem(110g), mix sałat z sosem winegret i oliwkami (60g), gruszka 1 szt. Lemoniada cytrynowo -imbirowa (200ml)	Zupa brukselkowa zabieleną śmietaną (seler,mleko) (250ml) Deser chia na mleku kokosowym z musem mango (mleko) (150g), wafitki (gluten) 2 szt. Herbata malinowa (200ml)
ŚRODA	Zupa mleczna (gluten, mleko),bułka kajzerka z masłem , schab pieczony (20g), roszponka (15g) rzodkiewka(20g) Herbata miętowa (200ml)	Pampuchy z polewa jogurtowo-jagodową (gluten pszenny, mleko)(150 /50g), plaster melona 1 szt. Kompot gruszkowo-porceczkowy (200ml)	Zupa żurek z jajkiem (seler, jajka) (250ml) Parówka z szynki (50g), papryka (20g), weka z masłem (gluten,masło)(50g/5g) Bawarka 200ml (mleko)
CZWARTEK	Kasza manna na mleku (mleko,gluten) (200ml) Chleb mieszany z masłem (gluten, mleko) (30g/5g), szynka drobiowa (40g), ser mozzarella (mleko)(40g), sałata lodowa(10g),żurawina (15g), Herbata Earl Grey z miodem (200ml)	Strogonow wieprzowy duszony (gluten) (120g), kasza jęczmienna (110g), surówka z pora z ogórkiem kiszonym (60g), banan 1 szt. Herbata ziołowa (200ml)	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (seler) (250ml) Bułka drożdżowa z jabłkiem (gluten, mleko, jaja) (80g) 1szt. Soczek LEON 100% (200ml)
PIĄTEK	Chleb orkiszowy z masłem (gluten, mleko) (30g/5g), pasta z wędzonej makreli z twarożkiem (40g),(ryba,mleko), kalarepa(20g), ogórek zielony (20g) Kawa inka na mleku (mleko)(200ml)	Jajko sadzone (gluten, jaja) (60g), puree ziemniaczane (mleko) (110g), surówka z białej rzodkwi z jogurtem greckim (mleko) (60g), jabłko 1szt. Kompot śliwkowy z nutą korzenną(200ml)	Zupa neapolitańska (seler) (250ml) Paluch maślany (gluten, mleko, jaja)(80g) 1szt. Danio truskawkowe (mleko)(100g) Herbata owocowa (200 ml)

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 Brzycka

INTENDENT: ZSP nr 4

Intendent