

Producent gorącego posiłku:
FUH KONSUMY
Małgorzata Szwejkowska
Białogard

JADŁOSPIS 25.11.2024 – 06.12.2024

SZKOŁA PODSTAWOWA W STARYCH BIELICACH

Data	Obiady/Składniki posiłków
25.11.2024 Poniedziałek	RYŻ BIAŁY UGOTOWANY 150g - 195kcal KURCZAK W SOSIE SEROWYM Z BROKUŁAMI I MARCHEWKĄ 100g -153kcal składniki: pierś z kurczaka, brokuł, marchewka, woda, śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen, mleczan wapnia), mozzarella, sól, pieprz, gałka muskatołowa, musztarda. KOMPOT OWOCOWY 250ml – 172,5kcal skład: woda, owoce sezonowe, cukier. Alergeny (1,7) 520,5kcal
26.11.2024 Wtorek	ŻUREK Z BIAŁĄ KIELBASĄ 300ml-142kcal składniki: woda, kości wędzone, żur staropolski (woda 85%, mąka żytnia- zawiera gluten 14% , czosnek świeży 0,56%, liść laurowy 0,02%, ziele angielskie 0,02%, może zawierać gorczycę), ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, sól, pieprz. KIELBASA BIAŁA PEKLIMAR 50g- 113kcal skład: mięso wieprzowe (83%), woda, sól, białko SOJOWE , aromaty, błonnik PSZENNY bezglutenowy, przyprawy, regulatory kwasowości-cytryniany sodu, glukoza, hydrolizat białka roślinnego (rzepak , kukurydza),ekstrakty przypraw, koncentrat buraka czerwonego, przeciwutleniacz-kwas askorbinowy, stabilizator-enzymtransglutaminaza , białko kolagenowe wieprzowe, substancja konserwująca-azotyn sodu. Produkt w jadalnej osłonce naturalnej (jelito wieprzowe). <u>Produkt zawiera hydrolizat białka rzepaku, który może powodować reakcję alergiczną u konsumentów uczulonych na gorczycę i produkty pochodne.</u> Produkt może zawierać: zboża zawierające gluten, mleko (łącznie z laktozą), seler, gorczycę, jaja. PIECZYWO MIESZANE 70g-174kcal, mąka pszenna 47%, woda, mąka żytnia 15%, drożdże, sól. Produkt może zawierać sezam, orzechy, soję
27.11.2024 Środa	ZIEMNIAKI UGOTOWANE 150g-125kcal KOTLET MIELONY 100g-254kcal skład: mięso wieprzowe mielone z łopatki, jajka, bułka tarta, bulion warzywny (woda, marchew, pietruszka, seler, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz), sól, pieprz, czosnek świeży blenderowany, olej do smażenia uniwersalny. BURACZKI 100g-40kcal: burak czerwony, cebula biała, jabłko, sól, pieprz, cukier, olej kujawski: 100% rafinowany olej rzepakowy z pierwszego tłoczenia filtrowany na zimno, sok z cytryny. KOMPOT OWOCOWY 250ml – 172,5kcal skład: woda, owoce sezonowe, cukier. Alergeny (1,7,3) 591,5kcal

<p>28.11.2024</p> <p>Czwartek</p>	<p>ZUPA Z FASOLKĄ SZPARAGOWĄ 300ml- 93kcal składniki: bulion drobiowy (woda, porcje rosółowe, marchew, seler, pietruszka, por, cebula, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), ziemniaki, fasolka szparagowa zielona i żółta cięta, marchew, pietruszka, seler, por, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie.</p> <p>UDZIK DROBIOWY PIECZONY 50g-62,5kcal skład: udzik z kurczaka bez kości i bez skóry, sól, pieprz, majeranek.</p> <p>PIECZYWO MIESZANE 70g-174kcal skład: mąka pszenna 47%, woda, mąka żytnia 15%, drożdże, sól. Produkt może zawierać sezam, orzechy, soję.</p> <p>Alergeny (1,7,8,9,11,6) 329,5kcal</p>
<p>29.11.2024</p> <p>Piątek</p>	<p>ZIEMNIAKI UGOTOWANE 150g-125kcal</p> <p>PALUSZKI RYBNE FROSTA 3szt. - 222kcal składniki: filet z dorsza mielony, mąka pszenna, drożdże, sól, woda, olej słonecznikowy.</p> <p>KISZONA KAPUSTA Z JABŁKIEM I MARCHEWKĄ: 100g- 45kcal składniki: kapusta kiszona mantyk (kapusta biała, marchew, sól), marchew świeża, jabłko, cukier, olej kujawski: 100% rafinowany olej rzepakowy z pierwszego tłoczenia filtrowany na zimno.</p> <p>KOMPOT OWOCOWY 250ml- 172,5 kcal skład: woda owoce sezonowe, cukier.</p> <p>Alergeny (1,4) 564,5kcal</p>
<p>02.12.2024</p> <p>Poniedziałek</p>	<p>ŁAZANKI Z MIĘSEM MIELONYM I KISZONĄ KAPUSTĄ 350g-450kcal skład: makaron łazankowy lubella (mąka makaronowa pszenna), mięso mielone wieprzowe z szynki lub łopatki, kapusta kiszona, olej rzepakowy, masło, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie.</p> <p>WODA Z CYTRYNĄ 250ml – 2kcal skład: woda, cytryna.</p> <p>Alergeny (1)</p>
<p>03.12.2024</p> <p>Wtorek</p>	<p>ZUPA KRUPNIK 250ml-100kcal składniki: woda, porcje rosółowe, ziemniaki, kasza pęczak jęczmienny pełnoziarnisty młyny stoisław, marchew, pietruszka, seler, por, świeża maggi, sól, pieprz.</p> <p>PULPET DROBIOWY 50g-30kcal skład: mięso mielone z piersi i ud z kurczaka, bułka czerstwa namoczona w mleku, cebula, jajko, sól, pieprz.</p> <p>PIECZYWO MIESZANE 70g-174kcal skład: mąka pszenna 47%, woda, mąka żytnia 15%, drożdże, sól. Produkt może zawierać sezam, orzechy, soję.</p> <p>Alergeny (1,9,3,7,6,8,10,11) 304kcal</p>
<p>04.12.2024</p> <p>Środa</p>	<p>PIEROGI RUSKIE Z OKRASĄ 260g-526kcal (6 sztuk) skład: ciasto - mąka pszenna tortowa stoisław, woda gorąca, sól; farsz - ziemniaki ugotowane, twaróg, cebula przesmażona na oleju, sól, pieprz.</p> <p>KISZONA KAPUSTA Z JABŁKIEM I MARCHEWKĄ 100g- 45kcal składniki: kapusta kiszona mantyk (kapusta biała, marchew, sól), marchew świeża, jabłko, cukier, olej kujawski: 100% rafinowany olej rzepakowy z pierwszego tłoczenia filtrowany na zimno.</p> <p>WODA Z CYTRYNĄ 250ml- 2 kcal skład: woda, cytryna.</p> <p>Alergeny (1,7) 573kcal</p>

<p>05.12.2024</p> <p>Czwartek</p>	<p>ZUPA OGÓRKOWA 300ml-160kcal skład: woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ogórek kiszony tarkowany (woda, ogórek, chrzan, koper, czosnek, sól, śladowe ilości gorczycy) Paweko, marchew, pietruszka, seler, śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen, mleczan wapnia), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie.</p> <p>FILET PAROWANY Z KURCZAKA 50g-76kcal skład: pierś z kurczaka, sól, pieprz.</p> <p>PIECZYWO MIESZANE 70g-174kcal, mąka pszenna 47%, woda, mąka żytnia 15%, drożdże, sól. Produkt może zawierać sezam, orzechy, soję.</p> <p>Alergeny (1,9,8,11,6,7,10) 410kcal sezam, orzechy, soja</p>
<p>06.12.2024</p> <p>Piątek</p>	<p>ZIEMNIAKI UGOTOWANE 150g-125kcal</p> <p>KOTLET RYBNY 100g- 156kcal skład: dorsz mielony, jajka, czerstwa bułka namoczona w mleku, bułka tarta, sól, pieprz, natka pietruszki, koper, olej uniwersalny.</p> <p>MIX WARZYW NA PARZE 100g-29kcal skład: kalafior, brokuł, marchew.</p> <p>KOMPOT OWOCOWY 250ml- 172,5 kcal skład: woda owoce sezonowe, cukier.</p> <p>Alergeny (1,4,3,7) 482,5kcal</p>

Alergeny legenda:

- 1 Zboża zawierające gluten
- 2 Skorupiaki i produkty pochodne
- 3 Jaja i produkty pochodne
- 4 Ryby i produkty pochodne
- 5 Orzeszki ziemne i produkty pochodne
- 6 Soja i produkty pochodne
- 7 Mleko i produkty pochodne
- 8 Orzechy
- 9 Seler i produkty pochodne
- 10 Gorczyca i produkty pochodne
- 11 Nasiona sezamu i produkty pochodne
- 12 Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniu 10mg/kg

Jednocześnie informujemy, że na terenie kuchni przygotowującej posiłki dla dzieci używane są przyprawy i inne produkty żywnościowe mogące zawierać następujące alergeny: 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12

Alergeny

Numery alergenów występujących w posiłkach.

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

12. Dwutlenek siarki w stężeniach powyżej 10mg/kg lub 10mg/l w przeliczeniu na SO₂

13. Łubin

14. Mięczaki

W wędlinach śladowo mogą występować: soja, gluten, seler. Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, zioła prowansalskie, papryka słodka i ostra, pieprz cytrynowy i ziołowy, kolendra, kardamon, imbir, curry, kurkuma, oregano, rozmaryn. Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczycy.