

**Producent gorącego posilku:**  
**FUH KONSUMY**  
**Małgorzata Szwejkowska**  
**Białogard**

**JADŁOSPIS 09.12.2024 – 20.12. 2024**

**SZKOŁA PODSTAWOWA W STARYCH BIELICACH**

Data	Obiady/Skład posiłków
<p><b>09.12.2024</b></p> <p><b>Poniedziałek</b></p>	<p><b>SPAGHETTI BOLOGNESE</b> 350g - 374,5kcal <b>MAKARON SPAGHETTI LUBELLA UGOTOWANY</b> (semolina z pszenicy durum, produkt może zawierać soję) <b>SOS BOLOGNESE Z MIĘSEM MIELONYM I MARCHEWKĄ</b> składniki:mięso wieprzowe z szynki mielone, woda, marchewka kostka, koncentrat pomidorowy <b>ZŁOTY BAŻANT</b> (28-30% pomidor, produkt pasteryzowany), pomidory z puszki krojone <b>PODRAVKA</b>(pomidory 60%, sok pomidorowy 39,5%, sól, regulator kwasowości, kwas cytrynowy), olej, sól, pieprz, papryka czerwona słodka, czosnek świeży, oregano, bazylija, zaklepka: woda, mąka koszalińska pszenna typ 500. <b>KOMPOT OWOCOWY</b> 250ml – 172,5kcal skład: woda, owoce sezonowe, cukier. <b>Alergeny (1,9,7,6) 547kcal</b></p>
<p><b>10.12.2024</b></p> <p><b>Wtorek</b></p>	<p><b>ROSÓL DROBIOWY Z MAKARONEM</b> 250ml - 138 kcal skład: woda, kura rosółowa, marchew, pietruszka, seler, por, cebula pieczona, makaron 4 jajeczny polmak (mąka pszenna makaronowa, jaja 18%=4 jaja/1kg mąki, woda, kurkuma), sól, pieprz, ziele angielskie. <b>UDZIK DROBIOWY PIECZONY</b> 50g -62,5kcal skład: udzik z kurczaka bez kości i bez skóry, sól, pieprz, majeranek. <b>PIECZYWO MIESZANE</b> 70g – 174kcal skład: mąka pszenna 47%, woda, mąka żytnia 15%, drożdże, sól. Produkt może zawierać sezam, orzechy, soję. <b>Alergeny (1,3,9,8,6,11) 374,5kcal</b></p>
<p><b>11.12.2024</b></p> <p><b>Środa</b></p>	<p><b>ZIEMNIAKI UGOTOWANE</b> 150g - 125kcal <b>PIECZONE PAŁKI Z KURCZAKA</b> 150g-326kcal skład: pałki z kurczaka, sól, pieprz, słodka papryka czerwona, majeranek, czosnek świeży wyciskany, oregano, olej rzepakowy. <b>MIX WARZYW GOTOWANYCH Z MASŁEM I NATKĄ PIETRUSZKI</b> 100g -44kcal skład: kalafior, brokuł, marchew, masło, natka pietruszki. <b>KOMPOT OWOCOWY</b> 250ml- 172,5kcal skład: woda, owoce sezonowe, cukier. <b>Alergeny (1,7,9) 667,5kcal</b></p>

<p><b>12.12.2024</b></p> <p><b>Czwartek</b></p>	<p><b>ZUPA SZCZAWIOWA Z JAJKIEM</b> 300ml-281kcal skład: bulion drobiowy (woda, porcje rosółowe, marchew, seler, pietruszka, por, cebula, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), ziemniaki, szczaw świeży, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen, mleczan wapnia), jajko kurze gotowane.</p> <p><b>BITKA WIEPRZOWA ZE SCHABU</b> 50g- 99kcal schab wieprzowy, sól, pieprz.</p> <p><b>PIECZYWO MIESZANE</b> 70g-174kcal skład: mąka pszenna 47%, woda, mąka żytnia 15%, drożdże, sól. Produkt może zawierać sezam, orzechy, soję.</p> <p><b>Alergeny (1,3,9, 5,11,6)            554kcal</b></p>
<p><b>13.12.2024</b></p> <p><b>Piątek</b></p>	<p><b>ZIEMNIAKI UGOTOWANE</b> 150g-125kcal</p> <p><b>PULPET RYBNY W SOSIE POMIDOROWYM</b> 150g (100g/70g) 144kcal skład:</p> <p>dorsz mielony, bułka czerstwa, jajko, mleko, masło, natka pietruszki, woda, liść laurowy, ziele angielskie, passata pomidorowa(pomidory, sok pomidorowy, sól, kasek cytrynowy), sól, pieprz, cukier</p> <p><b>MARCHEWKA Z GROSZKIEM</b> 100g – 87kcal skład:</p> <p>marchewka kostka, groszek zielony, woda, masło, szczypta soli</p> <p><b>KOMPOT OWOCOWY</b> 250ml - 172,5 kcal skład: woda owoce sezonowe, cukier.</p> <p><b>Alergeny (1,9,4,3,7)            528,5kcal</b></p>
<p><b>16.12.2024</b></p> <p><b>Poniedziałek</b></p>	<p><b>MAKARON ŚWIDERKI LUBELLA UGOTOWANY Z POLEWĄ JOGURTOWO TRUSKAWKOWĄ</b> 350g – 443kcal skład: makaron świderki lubella (mąka makaronowa pszenna), woda sól, olej, polewa truskawkowa – jogurt naturalny(mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych) , truskawki, cukier</p> <p><b>KOMPOT OWOCOWY</b> 250ml - 172,5 kcal skład: woda, owoce sezonowe, cukier.</p> <p><b>Alergeny (1,9,7)            615,5kcal</b></p>
<p><b>17.12.2024</b></p> <p><b>Wtorek</b></p>	<p><b>ZUPA POMIDOROWA</b> z makaronem mała muszelka lubella 250ml -205kcal skład:</p> <p>bulion drobiowy (woda, porcje rosółowe, marchew, seler, pietruszka, por, cebula, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), marchew, pietruszka, seler, por, makaron mała muszelka lubella(semolina z pszenicy durum, produkt może zawierać soję), koncentrat pomidorowy złoty bażant (28%-30% pomidor, produkt pasteryzowany), śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen, mleczan wapnia), sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy.</p> <p><b>FILET PAROWANY Z KURCZAKA</b> 50g-76kcal; pierś z kurczaka,sól, pieprz.</p> <p><b>PIECZYWO MIESZANE</b> 70g-174kcal skład: mąka pszenna 47%, woda, mąka żytnia 15%, drożdże, sól. Produkt może zawierać sezam, orzechy, soję.</p> <p><b>Alergeny (1,9,8,11,6,7)            496kcal</b></p>

<p><b>18.12.2024</b></p> <p><b>Środa</b></p>	<p><b>ZIEMNIAKI UGOTOWANE</b> 150g-125kcal  <b>KOTLET Z PIERSI KURCZAKA</b> 100g – 267,5kcal skład: filet z piersi kurczaka zalewa: jajko, sól, pieprz, czosnek, panierka: bułka tarta, mąka krupczatka, olej rzepakowy do smażenia.  <b>MIZERIA</b> 100g- 60kcal skład: ogórek zielony świeży plastry, szczypior, koper, śmietana 18% (śmietanka pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii mlekowych, termizowana), sól, pieprz, sok z cytryny, cukier  <b>KOMPOT OWOCOWY BEZ CUKRU</b> 250ml- 52,5 kcal skład: woda owoce sezonowe.  <b>Alergeny (1,9,3,7) 505kcal</b></p>
<p><b>19.12.2024</b></p> <p><b>Czwartek</b></p>	<p><b>ZUPA MEKSYKAŃSKA</b> 300ml-258kcal skład: bulion drobiowy(woda, porcje rosółowe, marchew, seler, pietruszka, por, cebula, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) mięso wieprzowe mielone, fasola biała konserwowa, fasola czerwona konserwowa, pomidory krojone <b>PODRAVKA</b> (pomidory 60%, sok pomidorowy 39,5%, sól, regulator kwasowości, kwas cytrynowy), kukurydza konserwowa, groszek konserwowy, koncentrat pomidorowy <b>ZŁOTY BAŻANT</b>, sól, pieprz .  <b>PIECZYWO MIESZANE</b> 70g-174kcal skład: mąka pszenna 47%, woda, mąka żytnia 15%, drożdże, sól. Produkt może zawierać sezam, orzechy, soję.  <b>ZYWO MIESZANE</b> 70g-174kcal: mąka pszenna 47%, woda, mąka żytnia 15%, drożdże, sól. Produkt może zawierać se</p>
<p><b>20.12.2024</b></p> <p><b>Piątek</b></p>	<p><b>ZIEMNIAKI UGOTOWANE</b> 150g-125kcal,  <b>FILET Z RYBY PANIEROWANY</b> 100g-110kcal skład: filet z miruny, sól, pieprz, jajko, mąka, bułka tarta.  <b>KISZONA KAPUSTA Z JABŁKIEM I MARCHEWKĄ</b> 100g- 51kcal skład: kapusta kiszona mantyk (kapusta biała, marchew, sól), marchew świeża, jabłko, cukier, olej kujawski: 100% rafinowany olej rzepakowy z pierwszego tłoczenia filtrowany na zimno  <b>WODA Z CYTRYNĄ</b> 250ml - 2 kcal skład: woda, cytryna.  <b>Alergeny (1,9,7,3,4) 288kcal</b></p>

**JADŁOSPIS OGÓLNY OBOWIĄZUJE RÓWNIEŻ PRZY DIETACH Z WYŁĄCZENIEM PRODUKTÓW NA KTÓRE DZIECKO JEST UCZULONE.**

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

