

Producent gorącego posilku:
FUH KONSUMY
Małgorzata Szwejkowska
Białogard

JADŁOSPIS

SZKOŁA PODSTAWOWA W STARYCH BIELICACH

20.01.2025 - 31.01.2025

Data	Obiady/Składniki posiłków
20.01.2025 Poniedziałek	<p>SPAGHETTI BOLOGNESE 350g – 374,5kcal skład: MAKARON SPAGHETTI LUBELLA UGOTOWANY (semolina z pszenicy durum, produkt może zawierać soję).</p> <p>SOS BOLOGNESE Z MIĘSEM MIELONYM I MARCHEWKĄ składniki: mięso wieprzowe z szynki mielone, woda, marchewka kostka, koncentrat pomidorowy ZŁOTY BAŻANT (28-30% pomidor, produkt pasteryzowany), pomidory z puszki krojone PODRAVKA (pomidory 60%, sok pomidorowy 39,5%, sól, regulator kwasowości, kwas cytrynowy), olej, sól, pieprz, papryka czerwona słodka, czosnek świeży, oregano, bazylia, zakleпка: woda, mąka koszalińska pszenna typ 500.</p> <p>KOMPOT OWOCOWY 250ml -172,5kcal skład: woda, owoce sezonowe, cukier.</p> <p>Alergeny (1,6) 547kcal</p>
21.01.2025 Wtorek	<p>ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM I NATKĄ PIETRUSZKI 300ml – 246kcal skład: woda, porcje rosółowe, marchew, pietruszka, seler, por, ryż biały długoziarnisty/lub makaron mała muszelka lubella, koncentrat pomidorowy złoty bażant (28%-30% pomidor, produkt pasteryzowany), śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen, mleczań wapnia), sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy.</p> <p>UDZIK Z KURCZAKA PIECZONY 50g -109kcal skład: udzik z kurczaka bez skóry i bez kości, 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 (1,6,7,8,9,11) 529kcal</p>
22.01.2025 Środa	<p>ZIEMNIAKI UGOTOWANE 150g -125kcal</p> <p>KOTLET SCHABOWY 100g – 316kcal skład: schab wieprzowy, zalewa: jajko, sól, pieprz, czosnek, cebula, liść laurowy, ziele angielskie, panierka: bułka tarta, mąka krupczatka, smalec do smażenia.</p> <p>MIZERIA 100g - 60kcal składniki: ogórek zielony świeży plastry, szczypior, koper, śmietana 18% (śmietanka pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii mlekowych, termizowana), sól, pieprz, sok z cytryny, cukier.</p> <p>KOMPOT OWOCOWY BEZ CUKRU 250ml – 52,5kcal skład: woda, owoce sezonowe.</p> <p>Alergeny (1,7,3) 553,5kcal</p>

<p>23.01.2025</p> <p>Czwartek</p>	<p>ZUPA GROCHOWA 300ml – 183kcal skład: woda, kości wędzone wieprzowe, ziemniaki, groch łuskany, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy.</p> <p>KIELBASA ŚLĄSKA MADEJ-WRÓBEL 50g- 86kcal skład: mięso wieprzowe 90%, sól, przyprawy (zawierają gorczycę), aromaty, aromat dymu wędzarniczego, cukier, substancja konserwująca: azotyn sodu, osłonka jadalna: jelito wieprzowe.</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 (1,6,8,9,11) 443kcal</p>
<p>24.01.2025</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>WARZYWA PO GRECKU DO RYBY 100g-47kcal skład: marchew, pietruszka, seler, por, koncentrat pomidorowy złoty bażant (28%-30% pomidor, produkt pasteryzowany), sól, pieprz, cukier, liść laurowy, ziele angielskie, masło.</p> <p>KOMPOT OWOCOWY 250ml-172kcal skład: woda owoce sezonowe, cukier.</p> <p>Alergeny (1,9,4,3) 500kcal</p>
<p>27.01.2025</p> <p>Poniedziałek</p>	<p>RYŻ BIAŁY UGOTOWANY 150g - 195kcal,</p> <p>POTRAWKA Z KURCZAKA Z MARCHEWKĄ I GROSZKIEM 200g -180kcal skład: pierś z kurczaka, mąka pszenna, sól, pieprz, marchewka, groszek zielony, śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen, mleczan wapnia), natka pietruszki.</p> <p>KOMPOT OWOCOWY 250ml - 172,5 kcal skład: woda, owoce sezonowe, cukier.</p> <p>Alergeny (1,9,7) 547,5kcal</p>
<p>28.01.2025</p> <p>Wtorek</p>	<p>ROSÓL DROBIOWY Z MAKARONEM 300ml-168kcal 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.</p> <p>PIERSI KURCZAKA GOTOWANA 50g – 76kcal skład: pierś z kurczaka, 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 (1,6,8,9,11) 418kcal 74kcal:hy, soję</p>
<p>29.01.2025</p> <p>Środa</p>	<p>PIEROGI RUSKIE Z OKRASĄ 250g-538kcal 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- 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.</p> <p>KOMPOT OWOCOWY BEZ CUKRU 250ml - 52,5 kcal skład: woda, owoce sezonowe.</p> <p>Alergeny (1,7) 641,5kcal</p>

<p>30.01.2025</p> <p>Czwartek</p>	<p>ŻUREK Z BIAŁĄ KIELBASĄ I JAJKIEM 300ml – 328kcal skład: 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, jajko kurze gotowane sól, pieprz.</p> <p>KIELBASA BIAŁA PEKLIMAR 50g skład: mięso wieprzowe (83%), woda, sól, białko SOJOWE, aromaty, błonnik PSZENNY bezglutenowy, przyprawy, regulatory kwasowości-cytryniany sodu, glukoza, hydrolizat białka roślinnego (<u>rzepak</u>, kukurydza), ekstrakty przypraw, koncentrat buraka czerwonego, przeciwutleniacz-kwas askorbinowy, stabilizator-enzym transglutaminaza , 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.</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 (1,3,9,5,11,6) 502kcal</p>
<p>31.01.2025</p> <p>Piątek</p>	<p>ZIEMNIAKI UGOTOWANE 150g-125kcal</p> <p>PALUSZKI RYBNE FROSTA 3szt. -222kcal skład: filet z dorsza mielony, mąka pszenna, drożdże, sól, woda, olej słonecznikowy.</p> <p>SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ 100g-61kcal skład: kapusta pekińska szatkowana, kukurydza, natka pietruszki, majonez.</p> <p>WODA Z CYTRYNĄ 250ml- 2 kcal skład: woda, cytryna.</p> <p>Alergeny (1,7,4,3) 410kcal</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

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 gorzcicy.