

Producent gorącego posilku:
FUH KONSUMY
Małgorzata Szwejkowska
Białogard

JADŁOSPIS

SZKOŁA PODSTAWOWA W STARYCH BIELICACH

17.03.2025 - 28.03.2025

| Data | Obiady/Składniki posilków |
|--|--|
| 17.03.2025 Poniedziałek | KASZA BULGUR UGOTOWANA 150g –125kcal. GULASZ WIEPRZOWY 100g – 186kcal skład: mięso wieprzowe z łopatki lub z szynki, bulion warzywny (woda, marchew, pietruszka, seler, por, sól, pieprz czarny mielony, ziele angielskie, liść laurowy), cebula, ziela angielskie, liść laurowy, sól, pieprz, papryka słodka w proszku marsyl, zaklepka: woda, mąka koszalińska pszenna typ 500. SURÓWKA Z KISZONEGO OGÓRKA I MARCHEWKI 100g – 35kcal skład: kiszony ogórek, marchewka, cukier, olej. WODA Z CYTRYNĄ 250ml - 2kcal: woda, cytryna. Alergeny (1,9,7) 348kcal |
| 18.03.2025 Wtorek | ZUPA POMIDOROWA z makaronem mała muszelka lubella 300ml - 246kcal składniki: 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. FILET PAROWANY Z KURCZAKA 50g -76kcal skład: pierś z kurczaka,sól, pieprz. PIECZYWO MIESZANE 70g-174kcal skład: mąka pszenna 47%, woda, mąka żytnia 15%, drożdże, sól. Produkt może zawierać sezam, orzechy, soję. Alergeny (1,9,8,11,6,7) 496kcal |
| 19.03.2025 Środa | RYŻ BIAŁY UGOTOWANY 150g - 195kcal POTRAWKA Z KURCZAKA Z GROSZKIEM I MARCHEWKĄ 200g-180kcal skład: pierś z kurczaka, mąka pszenna, sól, pieprz, marchewka, groszek zielony, śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen, mleczan wapnia), natka pietruszki. KOMPOT OWOCOWY 250ml – 172,5kcal skład: woda, owoce sezonowe, cukier. Alergeny (1,7,9) 547,5kcal |
| 20.03.2025 Czwartek | ZUPA KRUPNIK 300ml – 120kcal skład: woda, porcje rosółowe, ziemniaki, kasza pęczak jęczmienny pełnoziarnisty młyny stoisław, marchew, pietruszka, seler, por, świeża maggi, sól, pieprz. PULPET WIEPRZOWY 50g - 127kcal skład: mięso wieprzowe z szynki, jajka, bułka czerstwa namoczona w mleku, cebula przesmażona, sól, pieprz, czosnek, bułka tarta. |

| | |
|---|--|
| | <p>PIECZYWO MIESZANE 70g – 174kcal skład: mąka pszenna 47%, woda, mąka żytnia 15%, drożdże, sól. Produkt może zawierać sezam, orzechy, soję. Alergeny (1,3,9,11,6,7,8) 421kcal</p> |
| <p>21.03.2025 Piątek</p> | <p>ZIEMNIAKI UGOTOWANE 150g - 125kcal PULPET RYBNY W SOSIE POROWYM 100g (30gsos) – 172,5kcal skład: dorsz mielony, jajka, mleko, bułka tarta, sól, pieprz, natka pietruszki, woda, śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen, mleczan wapnia), por, masło, liść laurowy, ziele angielskie. KALAFIOR Z MASŁEM I BULKĄ 100g -66kcal składniki: kalafior różyczki ugotowany, masło, bułka tarta, sól. KOMPOT OWOCOWY 250ml – 172,5kcal skład: woda owoce sezonowe, cukier. Alergeny (1,9,7,4,3) 536kcal</p> |
| <p>24.03.2025 Poniedziałek</p> | <p>KASZA KUSKUS 150g - 168kcal GULASZ SEGEDYŃSKI 200g – 306kcal skład: mięso wieprzowe z szynki, kapusta biała świeża, marchew, fasolka szparagowa, woda, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna typ 405, olej. WODA Z CYTRYNĄ 250ml - 2 kcal skład: woda, cytryna. Alergeny (1,9,7,3) 476kcal</p> |
| <p>25.03.2025 Wtorek</p> | <p>ROSÓL Z MAKARONEM 300ml – 358kcal skład: woda, kura, szponder wołowy, 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 UDZIK DROBIOWY PIECZONY 50g -62,5kcal udzik z kurczaka bez kości i bez skóry, sól, pieprz, majeranek. PIECZYWO MIESZANE 70g – 174kcal skład: mąka pszenna 47%, woda, mąka żytnia 15%, drożdże, sól. Produkt może zawierać sezam, orzechy, soję. Alergeny (1,3,9,8,11,6) 594,5kcal</p> |
| <p>26.03.2025 Środa</p> | <p>ZIEMNIAKI UGOTOWANE 150g-125kcal A'LA GOŁĄBEK W SOSIE POMIDOROWYM 200g – 232kcal skład: karkówka wieprzowa mielona, kapusta pekińska, ryż, cebula przesmażona na oleju, jajka, koper, sól, pieprz, woda do gotowania gołąbków, liść laurowy ziele angielskie, koncentrat pomidorowy przesmażony na maśle, mąka pszenna typ 405, sól, pieprz, cukier. KOMPOT OWOCOWY 250ml - 172,5 kcal skład: woda owoce sezonowe, cukier. Alergeny (1,7,3) 529,5kcal</p> |
| <p>27.03.2025 Czwartek</p> | <p>BIAŁY BARSZCZ Z ZIEMNIAKAMI 300ml-132kcal węglowodany 14g, tłuszcze 5 g, białko 7g skład: woda, żeberka wędzone, zakwas na barszcz biały (mąka pszenna razowa, woda, czosnek, liść laurowy, ziele angielskie,majeranek), marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, por, cebula, chrzan tarty, śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen, mleczan wapnia), liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz, majeranek, sok z cytryny. 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-enzym transglutaminaza , białko kolagenowe wieprzowe, substancja konserwująca-</p> |

| | |
|---|---|
| | <p>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 (1,9,6,8,7,11) 419kcal</p> |
| <p>28.03.2025</p> <p>Piątek</p> | <p>ZIEMNIAKI 150g- 125kcal</p> <p>PALUSZKI RYBNE FROSTA 3szt. - 222kcal skład: filet z dorsza mielony, mąka pszenna, drożdże, sól, woda, olej słonecznikowy.</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: 250ml - 172,5 kcal woda owoce sezonowe, cukier.</p> <p>Alergeny (1,4) 570,5kcal</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 gorczycy.