

Producent gorącego posiłku:
FUH KONSUMY
Małgorzata Szwejkowska
Białogard

JADŁOSPIS

SZKOŁA PODSTAWOWA W STARYCH BIELICACH
12.05.2025 – 23.05.2025

Data	Obiady/Składniki posiłków
12.05.2025 Poniedziałek	SPAGHETTI BOLOGNESE 350g-374,5kcal MAKARON SPAGHETTI LUBELLA UGOTOWANY skład: (semolina z pszenicy durum, produkt może zawierać soję) 150g –165kcal. SOS BOLOGNESE Z MIĘSEM MIELONYM I MARCHEWKĄ 150g – 156kcal skład: 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, zaklepka: woda, mąka koszalińska pszenna typ 500. KOMPOT OWOCOWY 250ml-172,5kcal skład: woda, owoce sezonowe, cukier. Alergeny (1) 547kcal
16.05.2025 Piątek	ZIEMNIAKI 150g - 125kcal FILET Z RYBY PANIEROWANY 100g-110kcal skład: filet z miruny, sól, pieprz, jajko, mąka, bułka tarta. FASOLKA SZPARAGOWA UGOTOWANA Z OLIWĄ I NATKĄ PIETRUSZKI 100g – 60kcal skład: fasolka szparagowa ugotowana, oliwa z oliwek, natka pietruszki, sól. KOMPOT OWOCOWY 250ml - 172,5 kcal skład: woda owoce sezonowe, cukier. Alergeny (4,3) 470,5kcal
19.05.2025 Poniedziałek	MAKARON Z TWAROGIEM NA SŁODKO 250g - 509kcal skład: makaron świderki lubella (semolina z pszenicy durum, może zawierać soję) ugotowany, twaróg krajanka, cukier, śmietana 18% (śmietanka pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii mlekowych), cukier, sól. POLEWA JOGURTOWO-CYNAMONOWA 100g - 36kcal skład: jogurt grecki, miód, cynamon. WODA Z CYTRYNĄ 250ml - 2 kcal skład: woda, cytryna, woda, owoce sezonowe, cukier. Alergeny (1,7,6) 547kcal
20.05.2025 Wtorek	ZUPA MEKSYKAŃSKA 300ml – 258kcal składniki: 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 PODRAVKA (pomidory 60%, sok pomidorowy 39,5%, sól, regulator kwasowości, kwas cytrynowy), kukurydza konserwowa, groszek konserwowy, koncentrat pomidorowy ZŁOTY BAŻANT (28-30% pomidor, produkt pasteryzowany), sól, pieprz. PIECZYWO MIESZANE 70g -174kcal składniki: mąka pszenna 47%, woda, mąka żytnia 15%, drożdże, sól. Produkt może zawierać sezam, orzechy, soję.

	Alergeny (9,5,11,6) 432kcal MIESkZAN
21.05.2025 Środa	ZIEMNIAKI UGOTOWANE 150g-125kcal KOTLET Z PIERSI KURCZAKA 100g – 267,5kcal skład: filet z piersi kurczaka, zalewa: jajko, sól, pieprz, czosnek, panierka: bułka tarta, mąka krupczatka, olej rzepakowy do smażenia. KALAFIOR Z MASŁEM 100g - 66kcal KOMPOT OWOCOWY BEZ CUKRU 250ml- 52,5 kcal skład: woda owoce sezonowe. Alergeny (7,1,3) 511kcal
22.05.2025 Czwartek	ZUPA Z KURCZAKIEM, WARZYSKAMI I MAKARONEM 300ml-102kcal skład: bulion drobiowy (woda, porcje rosółowe, marchew, seler, pietruszka, por, cebula, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), pierś z kurczaka, makaron lubella mała muszelka (mąka makaronowa pszenna, produkt może zawierać soję), papryka czerwona, marchew, por, cukinia, kiełki fasoli mung, pędy bambusa, grzyby mun, śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen, mleczan wapnia), sól, pieprz, imbir, czosnek, bazyli, natka pietruszki. PIECZYWO MIESZANE 70g -174kcal składniki: mąka pszenna 47%, woda, mąka żytnia 15%, drożdże, sól. Produkt może zawierać sezam, orzechy, soję . Alergeny (1,7,9,5,11,6) 276kcal zam, orzechy, soję
23.05.2025 Piątek	ZIEMNIAKI 150g- 125kcal KOTLET RYBNY W SOSIE KOPERKOWYM 100g – 172,5kcal skład: dorsz mielony, jajka, mleko, bułka tarta, sól, pieprz, natka pietruszki, woda, śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen, mleczan wapnia), koper, liść laurowy, ziele angielskie. MARCHEWKA Z GROSZKIEM 100g – 76kcal skład: marchewka kostka, groszek zielony, woda, masło, szczypta soli. KOMPOT OWOCOWY 250ml - 172,5 kcal; woda owoce sezonowe, cukier. Alergeny (7,3,4) 546kcal

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