

Producent gorącego posilku:
FUH KONSUMY
Małgorzata Szwejkowska
Białogard

JADŁOSPIS

26.05.2025 – 06.06.2025

SZKOŁA PODSTAWOWA W STARYCH BIELICACH

Data	Obiady/Składniki posiłków
26.05.2025 Poniedziałek	MAKARON ŚWIDERKI LUBELLA UGOTOWANY 150g – 252kcal skład: makaron lubella świderki (mąka makaronowa pszenna), woda, sól, olej. GULASZ WARZYWNY Z CIECIERZYCĄ 200g - 154kcal skład: cukinia, papryka czerwona, żółta, pieczarka, marchew plastry, ciecierzycza konserwowa, mleko kokosowe, cebula, sos sojowy, oliwa, papryka słodka, curry, chili, pieprz, sól. KOMPOT OWOCOWY 250ml -172,5kcal skład: woda, owoce sezonowe, cukier. Alergeny (1,6) 578,5kcal
27.05.2025 Wtorek	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, mleczan wapnia), sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy. UDZIK Z KURCZAKA PIECZONY 50g -109kcal składniki: udzik z kurczaka bez skóry i bez kości,sól, pieprz. PIECZYWO MIESZANE 70g – 174kcal skład: mąka pszenna 47%, woda, mąka żytnia 15%, drożdże, sól. Produkt może zawierać sezam, orzechy, soję. Alergeny (1,6,7,8,9,11) 529kcal7
28.05.2025 Środa	ZIEMNIAKI UGOTOWANE 150g-125kcal, 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. MIZERIA 100g- 60kcal skład: ogórek zielony świeży plastry, szczypior, koper, śmietana 18% (śmietanka pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii mlekowych, termizowana), sól, pieprz, sok z cytryny, cukier. KOMPOT OWOCOWY BEZ CUKRU 250ml - 52,5kcal: woda, owoce sezonowe. Alergeny (1,7,3) 553,5kcal
29.05.2025 Czwartek	ZUPA GROCHOWA 300ml - 183kcal składniki: woda, kości wędzone wieprzowe, ziemniaki, groch łuskany, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy. 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.

	PIECZYWO MIESZANE 70g-174kcal składniki: mąka pszenna 47%, woda, mąka żytnia 15%, drożdże, sól. Produkt może zawierać sezam, orzechy, soję. Alergeny (1,6,8,9,11) 443kcal
30.05.2025 Piątek	ZIEMNIAKI UGOTOWANE 150g -125kcal. KOTLET RYBNY 100g – 156kca skład: dorsz mielony, jajka, czerstwa bułka namoczona w mleku, bułka tarta, sól, pieprz, natka pietruszki, koper, olej uniwersalny. 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. KOMPOT OWOCOWY 250ml-172kcal składniki: woda owoce sezonowe, cukier. Alergeny (1,9,4,3) 500kcal
02.06.2025 Poniedziałek	RYŻ BIAŁY UGOTOWANY 150g – 195kcal. 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. KOMPOT OWOCOWY 250ml - 172,5 kcal skład: woda, owoce sezonowe, cukier. Alergeny (1,9,7) 547,5kcal
03.06.2025 Wtorek	ROSÓŁ DROBIOWY Z MAKARONEM 300ml -168 kcal składniki: 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. PIERSI KURCZAKA GOTOWANA 50g – 76kcal składniki: 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 (1,6,8,9,11) 418kcal
04.06.2025 Środa	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. MŁODA KAPUSTA Z MARCHEWKĄ I NATKĄ 100g – 51kcal składniki: młoda kapusta świeża, marchewka, natka pietruszki, sól, cukier, olej KOMPOT OWOCOWY BEZ CUKRU 250ml - 52,5 kcal skład: woda owoce sezonowe. Alergeny (1,7) 641,5kcal
05.06.2025 Czwartek	ŻUREK Z BIAŁĄ KIEŁBASĄ 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. KIEŁBASA BIAŁA PEKLIMAR 50g skład: mięso wieprzowe (83%), woda, sól, białko <u>SOJOWE</u>, aromaty, błonnik <u>PSZENNY</u> 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. PIECZYWO MIESZANE 70g-174kcal skład: mąka pszenna 47%, woda, mąka żytnia 15%, drożdże, sól. Produkt może zawierać sezam, orzechy, soję. Alergeny (1,3,9,5,11,6) 502kcal
06.06.2025 Piątek	ZIEMNIANKI UGOTOWANE 150g-125kcal PALUSZKI RYBNE FROSTA 3szt. -222kcal skład: filet z dorsza mielony, mąka pszenna, drożdże, sól, woda, olej słonecznikowy. KALAFIOR Z MASŁEM I BUŁKĄ 100g – 66kcal skład: kalafior różyczki ugotowany, masło, bułka tarta, sól. WODA Z CYTRYNĄ 250ml - 2 kcal skład: woda, cytryna. Alergeny (1,7,4,3) 415kcal

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.Gorzczyca 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 gorzycy.