


**Jadłospis dla Szkoły Podstawowej nr 4 -  
ul. Powstańców Śląskich 210-218 we Wrocławiu**

Jadłospis dla diety bezmlecznej



 rettman	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
<b>Poniedziałek</b> 22.04	Kalafiorowa z ziemniakami i zieloną natką pietruszki (1,9) 300ml	Makaron penne (1) z filetem z piersi kurczaka i szpinakiem w sosie koperkowym (1,9) 250g kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
<b>Wtorek</b> 23.04	Zupa pomidorowa z ryżem i zieloną natką pietruszki (1,9) 300ml	Miruna z pieca w panierce z dodatkiem sezamu (1,3,4,11) 80g Ziemniaki z koperkiem 150g, Surówka z kiszonego ogórka z drobno posiekaną cebulką 80g, Kompot wieloowocowy 200ml	Krążki kukurydziane z miodem 2szt.
<b>Środa</b> 24.04	Rosół z makaronem z pszenicy durum z zieloną natką pietruszki (1,9) 300ml	Gołąbek z ryżem i mięsem zawijany w kapustę w sosie pomidorowy własnego wyrobu (1) 1szt./80g Puree ziemniaczane 150g Kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
<b>Czwartek</b> 25.04	Barszcz ukraiński z fasolą i zieloną natką pietruszki (1,9) 300ml	Pulpeciki na raz (1,3) 4szt. w sosie warzywnym (1) 80g, Kasza gryczana 150g, Surówka z tartej marchewki 80g, Kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
<b>Piątek</b> 26.04	Krem z młodej marchewki z prażonymi ziarnami słonecznika i zieloną natką pietruszki (1,9) 300ml	Pierogi z owocami (1,3) okraszone masłem roślinnym 250g Kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.

W jadłospisie oznaczone zostały alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011: 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. Sezam i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczyny, 13. Łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Jadłospis został przygotowany przez dietetyka mgr inż. Ewelinę Pawełkę

**Jadłospis dla Szkoły Podstawowej nr 4 -  
ul. Powstańców Śląskich 210-218 we Wrocławiu**

Jadłospis dla diety bezmlecznej



**rettman**

**Zupa**

**Drugie danie**

**Podwieczorek**

**Poniedziałek  
29.04**

Zupa ogórkowa z naturalnie kiszonych ogórków z ziemniakami i zieloną natką pietruszki (1,9) 300ml

Gyros drobiowy (1) 80g  
Ryż paraboliczny 150g,  
Surówka colesław (3) 80g,  
Kompot wieloowocowy 200ml

Owoc sezonowy 1 szt.

**Wtorek  
30.04**

Krupnik z drobną kaszą jęczmienną i zieloną natką pietruszki (1,9) 300ml

Naleśniki na mleku ryżowym (1,3) z dżemem owocowym niskosłodzonym 2szt.  
Kompot wieloowocowy 200ml

Soczek w kartoniku 100% owoców 1szt.

**Środa  
01.05**

**ŚWIĘTO PRACY**

**Czwartek  
02.05**

**DZIEŃ FLAGI RZECZPOSPOLITEJ POLSKIEJ**

**Piątek  
03.05**

**ŚWIĘTO KONSTYTUCJI 3 MAJA**

W jadłospisie oznaczone zostały alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011: 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. Sezam i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczyny, 13. Łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Jadłospis został przygotowany przez dietetyka mgr inż. Ewelinę Pawełkę