

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

Jadłospis dla diety bezmlecznej i bezglutenowej



 rettman	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
Poniedziałek 23.06	Krupnik z kaszą gryczaną i zieloną natką pietruszki (9) 300ml	Makaron bezglutenowy 250g Polewa truskawkowa własnego wyrobu na jogurcie bezmlecznym 80g kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Wtorek 24.06	Barszcz czerwony z zieloną natką pietruszki (9) 300ml	Mintaj z pieca (4) 80g, Ziemniaki z koperkiem 150g, Surówka z kiszonej kapusty z drobno posiekaną cebulką, marchewką i jabłkiem 80g, Kompot wieloowocowy 200ml	Wafel ryżowy z dżemem niskosłodzonym 1szt.
Środa 25.06	Grochówka z majerankiem i zieloną natką pietruszki (9) 300ml	Bitka drobiowa 80g Puree ziemniaczane 150g, Marchewka kostka na ciepło 80g Kompot wieloowocowy 200ml	Soczek w kartoniku 100% owoców 1szt.
Czwartek 26.06	Rosół z makaronem bezglutenowym i zieloną natką pietruszki (9) 300ml	Pancakes jaglane na mleku ryżowym (3) z dżemem owocowym niskosłodzonym 4szt. kompot wieloowocowy 200ml	Owoc sezonowy 1 szt.
Piątek 27.06	ZAKOŃCZENIE ROKU SZKOLNEGO 😊		



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