

**Jadłospis - Szkoła Podstawowa nr 37 im. Kornela Makuszyńskiego**

Okres	15.01.2024 - 19.01.2024
Dieta	Bez glutenu i bez laktozy

Data	Obiad
15.01.2024 4 Poniedziałek	Zupa szpinakowa z jajkiem (250g) ( wywar drobiowo- wołowy, marchew, seler, por, pietruszka, pietruszka nać, szpinak, jaja, śmietana bez laktozy, ziemniaki) ALERGENY : (seler, ) Makaron z serem na słodko (200g) (makaron świderki bez glutenu, ser twarogowy bez laktozy, śmietana bez laktozy, masło bez laktozy, miód) Herbata z cytryną (200ml) MELON (80G)
16.01.2024 4 Wtorek	Grochówka z kiełbaską (250g) ( wywar drobiowo- wołowy, marchew, seler, por, pietruszka, pietruszka nać. Groch półówki, ziemniaki, kiełbasa, boczek, ) ALERGENY (seler) Kurczak curry (100g) z ryżem (150g) (filet z kurczaka, pasta curry, papryka, masło bez laktozy, czosnek, cebula, imbir, mleko kokosowe, ryż paraboliczny) Kompot Wieloowocowy (200ml) Bakalie (100g)
17.01.2024 4 Środa	Rosół z makaronem (250g) ( wywar drobiowo- wołowy, marchew, seler, por, pietruszka, pietruszka nać, makaron bez glutenu ) ALERGENY: (seler, ) Połędwiczki w sosie pieczeniowym (100g) z puree ziemniaczanym(100g) oraz sałatką warzywną (50g) (Połędwica wieprzowa, ziemniaki, sałata lodowa, papryka, pomidor, ogórek, koper,) Herbata owocowa (200ml) Banan (100g)
18.01.2024 4 Czwartek	Zupa pieczarkowa z makaronem (250g) ( wywar drobiowo- wołowy, marchew, seler, por, pietruszka, pietruszka nać, pieczarki, śmietana bez laktozy, makaron muszelki bez glutenu) ALERGENY : ( seler) Gulasz wieprzowy (100g) z kaszą jaglaną (100g) oraz sałatką szwedzką (50g) (szynka wieprzowa, cebula, czosnek, kasza jaglana, ogórek kiszony, cebula czerwona, koper) Lemoniada (200ml) Mus owocowy(40g)
19.01.2024 4 Piątek	Zupa ogórkowa z ryżem (250g) ( wywar drobiowo- wołowy, marchew, seler, por, pietruszka, pietruszka nać, ogórek kiszony, śmietana bez laktozy, ryż) ALERGENY (seler ) Burgery rybno warzywne (100g) z puree ziemniaczanym (100g) oraz surówką z kiszonej kapusty (50g) (mintaj, płatki kukurydziane, jaja, groszek, marchewka, ziemniaki, kapusta kiszona, koper) Herbata z cytryną (200ml) Gruszka (80g)

**ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE**

Sporządził

Szef kuchni

Dyrektor