

| DATA | ZUPA | DRUGIE DANIE I DODATKI | | ALERGENY | DESER | NAPOJE |
|-----------------------------------|--|------------------------|---|---------------|--|--|
| Poniedziałek 03.06.2019 | Krupnik z ziemniakami (nielimitowany) (rekomendowana porcja – 300g) 1, 7, 9 | STANDARDOWE | Makaron z serem białym i truskawkami 220g | 1, 3, 7 | Sok tłoczony NFC | Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane) (rekomendowane spożycie bez ograniczeń) |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Makaron z serem białym i truskawkami 220g | 3, 7 | | |
| | | BEZMLECZNE | Makaron z musem truskawkowym 220g | 3 | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Makaron z serem białym i truskawkami 220g | 1, 3, 7 | | |
| | | DODATKI | BAR SAŁATKOWO-SURÓWKOWY | 1, 3, 7, 9 | | |
| Wtorek 04.06.2019 | Ogórkowa (nielimitowana) (rekomendowana porcja – 300g) 1, 7, 9 | STANDARDOWE | Filet z piersi kurczaka 110g | 1, 3, 7, 9 | Ciasto z truskawkami (wypiek firmowy) | Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane) (rekomendowane spożycie bez ograniczeń) |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Filet z piersi kurczaka 110g | 3, 7, 9 | | |
| | | BEZMLECZNE | Filet z piersi kurczaka 110g | 1, 3, 9 | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Kotlet z soczewicy z sosem pomidorowym 110g | 1, 3, 7, 9 | | |
| | | DODATKI | Ziemniaki tłuczone 100g Surówka wiosenna 70g BAR SAŁATKOWO-SURÓWKOWY | 1, 3, 7, 9 | | |
| Środa 05.06.2019 | Zacierkowa (nielimitowana) (rekomendowana porcja – 250g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Gulasz wieprzowy z warzywami 100g | 1, 7, 9 | Kisiel z jabłkiem | Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane) (rekomendowane spożycie bez ograniczeń) |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Gulasz wieprzowy z warzywami 100g | 7, 9 | | |
| | | BEZMLECZNE | Gulasz wieprzowy z warzywami 100g | 1, 9 | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Gulasz warzywny 100g | 1, 7, 9 | | |
| | | DODATKI | Kasza perlowa 110g Surówka z młodej kapusty 70g BAR SAŁATKOWO-SURÓWKOWY | 1, 3, 7, 9 | | |
| Czwartek 06.06.2019 | Pomidorowa z makaronem (nielimitowana) (rekomendowana porcja – 250g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Gyros drobiowy 100g | 1, 7, 9 | Smoothie zielone | Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane) (rekomendowane spożycie bez ograniczeń) |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Gyros drobiowy 100g | 7, 9 | | |
| | | BEZMLECZNE | Gyros drobiowy 100g | 1, 9 | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Gyros z kotletów sojowych 100g | 1, 3, 6, 7, 9 | | |
| | | DODATKI | Ryż 110g Sałata lodowa z sosem i warzywami 70g BAR SAŁATKOWO-SURÓWKOWY | 1, 3, 7, 9 | | |
| Piątek 07.06.2019 | Kapuśniak (nielimitowany) (rekomendowana porcja – 300g) 1, 7, 9 | STANDARDOWE | Kotlet ziemniaczany 180g | 1, 3, 7, 9 | Jabłko | Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane) (rekomendowane spożycie bez ograniczeń) |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Kotlet ziemniaczany 180g | 3, 7, 9 | | |
| | | BEZMLECZNE | Kotlet ziemniaczany 180g | 1, 3, 9 | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Kotlet ziemniaczany 180g | 1, 3, 7, 9 | | |
| | | DODATKI | Sos pieczarkowy lub pomidorowy Ogórek małosolny 60g BAR SAŁATKOWO-SURÓWKOWY | 1, 3, 7, 9 | | |

CODZIENNE ŚNIADANIA W FORMIE STOŁU SZWEDZKIEGO:

wybór pieczywa standardowego (mieszane, żytnie, pszenno-żytnie – bułka wrocławska, chleb zwykły, chleb razowy, chleb żytni); chleb bezglutenowy jasny; wafle ryżowe/kukurydziane bezglutenowe; masło; warzywa na kanapki i do chrupania w formie słupków (według dostępności sezonowej); chude wędliny drobiowe i wieprzowe (typu polędwica, szynka, filet); sery żółte krowie (podpuszczkowe typu holenderskiego z rodzaju gouda i edam); pasty do smarowania pieczywa na bazie twarogu; dżem/konfitura owocowa; mleko UHT krowie i mleko roślinne (ryżowe, sojowe lub migdałowe); płatki śniadaniowe zbożowe i kukurydziane bezglutenowe; herbata z cytryną; kakao z mlekiem lub mlekiem roślinnym; owoce sezonowe; jogurt naturalny; każdego dnia co najmniej jeden dodatek ciepły – parówka drobiowo-cielęca/frankfurterka wieprzowa lub jajecznicza lub omlecek lub placuszek śniadaniowy (marchewkowy, jabłkowy, ziemniaczany).

OZNACZENIE NUMERYCZNE ALERGENÓW WYSTĘPUJĄCYCH W POSIŁKACH: 1. GLUTEN; 2. SKORUPIAKI; 3. JAJA; 4. RYBY; 5. ORZESZKI ZIEMNE; 6. SOJA; 7. MLEKO; 8. ORZECHY; 9. SELER; 10. GORCZYCA; 11. SEZAM; 12. DWUTLENEK SIARKI I SIARCZANY; 13. ŁUBIN; 14. MIĘCZAKI.

*Zgodnie z obowiązującymi przepisami i wymogami formalno-prawnymi dieta eliminująca gluten realizowana w jednym ciągu produkcyjnym z pozostałymi posiłkami nie może być opisywana za pomocą określeń takich jak „bezglutenowa”, „bez glutenu” bądź innych mogących ewentualnie wprowadzać w błąd konsumenta. Dieta taka jest niewskazana dla osób z celiakią lub silną alergią/nietolerancją/uczuleniem w zakresie glutenu.

| DATA | ZUPA | DRUGIE DANIE I DODATKI | | ALERGENY | DESER | NAPOJE |
|-----------------------------------|--|------------------------|---|---------------|--|--|
| Poniedziałek 10.06.2019 | Jarzynowa z ziemniakami (nielimitowana) (rekomendowana porcja – 300g) 1, 7, 9 | STANDARDOWE | Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem podany ze śmietanką 220g | 1, 7 | Grejfrut czerwony (częśćka ¼) | Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane) (rekomendowane spożycie bez ograniczeń) |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem podany ze śmietanką 220g | 7 | | |
| | | BEZMLECZNE | Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem 220g | 1, 9 | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem podany ze śmietanką 220g | 1, 7 | | |
| | | DODATKI | BAR SAŁATKOWO-SURÓWKOWY | 1, 3, 7, 9 | | |
| Wtorek 11.06.2019 | Botwinkowa (nielimitowana) (rekomendowana porcja – 300g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Kotlet mielony 110g | 1, 3, 7, 9 | Słupki warzywne do chrupania | Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane) (rekomendowane spożycie bez ograniczeń) |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Kotlet mielony 110g | 3, 7, 9 | | |
| | | BEZMLECZNE | Kotlet mielony 110g | 1, 3, 9 | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Medalion warzywny z kaszą 110g | 1, 3, 7, 9 | | |
| | | DODATKI | Puree ziemniaczane 120g Marchewka zasmażana 70g BAR SAŁATKOWO-SURÓWKOWY | 1, 3, 7, 9 | | |
| Środa 12.06.2019 | Rosół z makaronem (nielimitowany) (rekomendowana porcja – 250g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Bitki w sosie własnym 120g | 1, 7, 9 | Ciasto piaskowe trójkolorowe (wypiek firmowy) | Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane) (rekomendowane spożycie bez ograniczeń) |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Bitki w sosie własnym 120g | 7, 9 | | |
| | | BEZMLECZNE | Bitki w sosie własnym 120g | 1, 9 | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Bitki sojowe w sosie paprykowym 120g | 1, 3, 6, 7, 9 | | |
| | | DODATKI | Kasza gryczana 100g Kapusta modra 70g BAR SAŁATKOWO-SURÓWKOWY | 1, 3, 7, 9 | | |
| Czwartek 13.06.2019 | Żurek (nielimitowany) (rekomendowana porcja – 250g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Kotlet schabowy tradycyjny 110g | 1, 3, 7, 9 | Budyń kakaowy z wiórkami kokosowymi | Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane) (rekomendowane spożycie bez ograniczeń) |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Kotlet schabowy tradycyjny 110g | 3, 7, 9 | | |
| | | BEZMLECZNE | Kotlet schabowy tradycyjny 110g | 1, 3, 9 | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Kotlet serowy smażony 110g | 1, 3, 7, 9 | | |
| | | DODATKI | Ziemniaki tłuczone 120g Młoda kapusta zasmażana 70g BAR SAŁATKOWO-SURÓWKOWY | 1, 3, 7, 9 | | |
| Piątek 14.06.2019 | Koperkowa (nielimitowana) (rekomendowana porcja – 300g) 1, 7, 9 | STANDARDOWE | Makaron z sosem z zielonych warzyw 200g | 1, 3, 7, 9 | Sok tłoczony NFC | Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane) (rekomendowane spożycie bez ograniczeń) |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Makaron z sosem z zielonych warzyw 200g | 3, 7, 9 | | |
| | | BEZMLECZNE | Makaron z sosem z zielonych warzyw 200g | 1, 3, 9 | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Makaron z sosem z zielonych warzyw 200g | 1, 3, 7, 9 | | |
| | | DODATKI | BAR SAŁATKOWO-SURÓWKOWY | 1, 3, 7, 9 | | |

CODZIENNE ŚNIADANIA W FORMIE STOŁU SZWEDZKIEGO:

wybór pieczywa standardowego (mieszane, żytnie, pszenno-żytnie – bułka wrocławska, chleb zwykły, chleb razowy, chleb żytni); chleb bezglutenowy jasny; wafle ryżowe/kukurydziane bezglutenowe; masło; warzywa na kanapki i do chrupania w formie słupków (według dostępności sezonowej); chude wędliny drobiowe i wieprzowe (typu poledwica, szynka, filet); sery żółte krowie (podpuszczkowe typu holenderskiego z rodzaju gouda i edam); pasty do smarowania pieczywa na bazie twarogu; dżem/konfitura owocowa; mleko UHT krowie i mleko roślinne (ryżowe, sojowe lub migdałowe); płatki śniadaniowe zbożowe i kukurydziane bezglutenowe; herbata z cytryną; kakao z mlekiem lub mlekiem roślinnym; owoce sezonowe; jogurt naturalny; każdego dnia co najmniej jeden dodatek ciepły – parówka drobiowo-cielęca/frankfurterka wieprzowa lub jajecznicza lub omlecek lub placuszek śniadaniowy (marchewkowy, jabłkowy, ziemniaczany).

OZNACZENIE NUMERYCZNE ALERGENÓW WYSTĘPUJĄCYCH W POSIŁKACH: 1. GLUTEN; 2. SKORUPIAKI; 3. JAJA; 4. RYBY; 5. ORZESZKI ZIEMNE; 6. SOJA; 7. MLEKO; 8. ORZECHY; 9. SELER; 10. GORCZYCA; 11. SEZAM; 12. DWUTLENEK SIARKI I SIARCZANY; 13. ŁUBIN; 14. MIĘCZAKI.

*Zgodnie z obowiązującymi przepisami i wymogami formalno-prawnymi dieta eliminująca gluten realizowana w jednym ciągu produkcyjnym z pozostałymi posiłkami nie może być opisywana za pomocą określeń takich jak „bezglutenowa”, „bez glutenu” bądź innych mogących ewentualnie wprowadzać w błąd konsumenta. Dieta taka jest niewskazana dla osób z celiakią lub silną alergią/nietolerancją/uczuleniem w zakresie glutenu.

| DATA | ZUPA | DRUGIE DANIE I DODATKI | | ALERGENY | DESER | NAPOJE |
|-----------------------------------|---|------------------------|--|------------|-----------------------------|--|
| Poniedziałek 17.06.2019 | Pomidorowa z ryżem (nielimitowana) (rekomendowana porcja – 250g) 1, 7, 9 | STANDARDOWE | Kartacze z farszem mięsnym i okrasą cebulową 220g | 3, 9 | Jabłko | Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane) (rekomendowane spożycie bez ograniczeń) |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Kartacze z farszem mięsnym i okrasą cebulową 220g | 3, 9 | | |
| | | BEZMLECZNE | Kartacze z farszem mięsnym i okrasą cebulową 220g | 3, 9 | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Kopytka z okrasą z cebulową 220g | 1, 3, 7, 9 | | |
| | | DODATKI | Surówka z białej rzodkwi 70g BAR SAŁATKOWO-SURÓWKOWY | 1, 3, 7, 9 | | |
| Wtorek 18.06.2019 | Botwinkowa (nielimitowana) (rekomendowana porcja – 300g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Sznyceł drobiowy 110g | 1, 3, 7, 9 | Kisiel z truskawkami | Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane) (rekomendowane spożycie bez ograniczeń) |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Sznyceł drobiowy 110g | 3, 7, 9 | | |
| | | BEZMLECZNE | Sznyceł drobiowy 110g | 1, 3, 9 | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Kotlet wielowarzywny panierowany 110g | 1, 3, 7, 9 | | |
| | | DODATKI | Puree ziemniaczane 120g Buraczki na ciepło 60g BAR SAŁATKOWO-SURÓWKOWY | 1, 3, 7, 9 | | |
| Środa 19.06.2019 | Z fasolką szparagową (nielimitowana) (rekomendowana porcja – 300g) 1, 3, 7, 9 | STANDARDOWE | Gołąbek po hiszpańsku z młodej kapusty z sosem pomidorowym 120g | 1, 3, 7, 9 | Sok tłoczony NFC | Kompot wieloowocowy Woda z cytryną (napoje nielimitowane) (rekomendowane spożycie bez ograniczeń) |
| | | ELIMINUJĄCE GLUTEN* | Gołąbek po hiszpańsku z młodej kapusty z sosem pomidorowym 120g | 3, 7, 9 | | |
| | | BEZMLECZNE | Gołąbek po hiszpańsku z młodej kapusty z sosem pomidorowym 120g | 1, 3, 9 | | |
| | | WEGETARIAŃSKIE | Gołąbek z kaszą podany z sosem pomidorowym 120g | 1, 3, 7, 9 | | |
| | | DODATKI | Ryż 100g Surówka z ogórka zielonego 60g BAR SAŁATKOWO-SURÓWKOWY | 1, 3, 7, 9 | | |
| Czwartek 20.06.2019 | Dzień wolny Stołówka szkolna nieczynna | | | | | |
| Piątek 21.06.2019 | Zakończenie roku szkolnego 2018/2019 Stołówka szkolna nieczynna | | | | | |

CODZIENNE ŚNIADANIA W FORMIE STOŁU SZWEDZKIEGO:

wybór pieczywa standardowego (mieszane, żytnie, pszenno-żytnie – bułka wrocławska, chleb zwykły, chleb razowy, chleb żytni); chleb bezglutenowy jasny; wafle ryżowe/kukurydziane bezglutenowe; masło; warzywa na kanapki i do chrupania w formie słupków (według dostępności sezonowej); chude wędliny drobiowe i wieprzowe (typu polędwica, szynka, filet); sery żółte krowie (podpuszczkowe typu holenderskiego z rodzaju gouda i edam); pasty do smarowania pieczywa na bazie twarogu; dżem/konfitura owocowa; mleko UHT krowie i mleko roślinne (ryżowe, sojowe lub migdałowe); płatki śniadaniowe zbożowe i kukurydziane bezglutenowe; herbata z cytryną; kakao z mlekiem lub mlekiem roślinnym; owoce sezonowe; jogurt naturalny; każdego dnia co najmniej jeden dodatek ciepły – parówka drobiowo-cieleńca/frankfurterka wieprzowa lub jajecznicza lub omlecek lub placuszek śniadaniowy (marchewkowy, jabłkowy, ziemniaczany).

OZNACZENIE NUMERYCZNE ALERGENÓW WYSTĘPUJĄCYCH W POSIŁKACH: 1. GLUTEN; 2. SKORUPIAKI; 3. JAJA; 4. RYBY; 5. ORZESZKI ZIEMNE; 6. SOJA; 7. MLEKO; 8. ORZECHY; 9. SELER; 10. GORCZYCA; 11. SEZAM; 12. DWUTLENEK SIARKI I SIARCZANY; 13. ŁUBIN; 14. MIĘCZAKI.

*Zgodnie z obowiązującymi przepisami i wymogami formalno-prawnymi dieta eliminująca gluten realizowana w jednym ciągu produkcyjnym z pozostałymi posiłkami nie może być opisywana za pomocą określeń takich jak „bezglutenowa”, „bez glutenu” bądź innych mogących ewentualnie wprowadzać w błąd konsumenta. Dieta taka jest niewskazana dla osób z celiakią lub silną alergią/nietolerancją/uczuleniem w zakresie glutenu.

Serdecznie dziękujemy Państwu za wspólnie spędzony rok szkolny 2018/2019.

Życzymy słonecznych, bezpiecznych i pełnych pozytywnych wrażeń wakacji!