CENTRUM INTEGRACJI SPOŁECZNEJ ul. Stróżowska 15, 38-500 Sanok
e-mail:. biuro@cissanok.pl, tel. 518-922-200

Jadłospis marzec 2018- Szkoła Podstawowa nr 8

05.03.2018 poniedziałek	06.03.2018 wtorek	07.03.2018 środa	08.03.2018 czwartek	09.03.2018 piątek
Zupa kalafiorowa z ziemniakami Makaron z sosem bolońskim Sok przecierowy lub woda mineralna	Barszcz biały zabielany z jajkiem Podudzie drobiowe pieczone Ryż z warzywami Surówka z marchewki Kompot lub woda mineralna	Rosół z makaronem Pieczeń ze schabu Ziemniaki Ćwikła Kompot lub woda mineralna	Barszcz z uszkami (uszka z mięsem) Łazanki z kapustą Kompot lub woda mineralna Ciasto z owocami i galaretką	Zupa krem brokułów groszkiem ptysiowym Ryba w panierce Ziemniaki Surówka z kapusty kiszonej Kompot lub woda mineralna
12.03.2018 poniedziałek	13.03.2018 wtorek	14.03.2018 środa	15.03.2018 czwartek	16.03.2018 piątek
Krupnik Makaron z serem Mandarynka Kompot lub woda mineralna	Kartoflanka Kurczak duszony w sosie śmietanowym Ryż z warzywami Marchewka z jabłkiem Kompot lub woda mineralna	Zupa ogórkowa z ryżem Pierogi ruskie Jabłko Mleko lub woda mineralna	Zupa pomidorowa z makaronem Kotlet drobiowy w panierce Polenta kukurydziana na złoto Surówka z kapusty pekińskiej Kompot lub woda mineralna	Zupa jarzynowa Paluszki rybne Ziemniaki Surówka z kapusty czerwonej Kompot lub woda mineralna
19.03.2018 poniedziałek	20.03.2018 wtorek	21.03.2018 środa	22.03.2018 czwartek	23.03.2018 piątek
Żurek jajkiem i kiełbasą Ryż na mleku z truskawkami Kompot lub woda mineralna	Zupa ryżowa Kotlet mielony Ziemniaki Surówka z białej rzodkwi Kompot lub woda mineralna	Kapuśniak Szynka pieczona Kasza jęczmienna Buraczki Kompot lub woda mineralna	Rosół z makaronem Pulpety w sosie pomidorowym Ziemniaki Surówka z białej kapusty Kompot lub woda mineralna	Zupa fasolowa Ryba po grecku Ziemniaki Kalafior gotowany Kompot lub woda mineralna
26.03.2018 poniedziałek	27.03.2018 wtorek	28.03.2018 środa	29.03.2018 czwartek	30.03.2018 piątek
Zupa z zielonym groszkiem Naleśnik z serem 1szt Naleśnik z jabłkami 1szt Kompot lub woda mineralna	Zupa wielowarzywna na rosole z porami Pierogi ruskie Mandarynka Mleko lub woda mineralna	Barszcz czerwony zabielany z jajkiem Gulasz wieprzowy Kluski śląskie Ogórek kiszony Kompot lub woda mineralna		

Alergeny w żywności marzec 2018

Tydzień 1

Lp.	Nazwa potrawy	1. Ziarna zbóż zawierające gluten	2. Skorupiaki	3. Jaja	4. Ryby	5. Orzeszki ziemne	6. Soja	7. Mleko	8. Orzechy z drzew	9. Seler	10. Gorczyca	11. Sezam	12. Dwutlenek siarki	13.Łubin	14. Mięczaki
1	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	x						x		x					
2	Makaron z sosem bolońskim	x		x				x		x					
3	Barszcz biały zabielany z jajkiem	x		x				x		x					
4	Podudzie z kurczaka pieczone									x					
5	Ryż							x		x					
6	Marchewka z jabłkiem														
7	Kompot														
8	Rosół z makaronem	x		x						x					
9	Pieczeń ze schabu	x						x		x					
10	Ziemniaki							x							
11	Ćwikła														
12	Barszcz czerwony czysty z uszkami (uszka z mięsem)	x		x				x		x					
13	Łazanki z kapustą	x		x						x					
14	Ciasto z owocami i galaretką	x		x				x							
15	Zupa krem z brokułów z groszkiem ptysiowym	x		x				x		x					
16	Ryba w panierce	x		x	x			x							
17	Surówka z kapusty kiszonej														

Tydzień 2

Lp.	Nazwa potrawy	1. Ziarna zbóż zawierające gluten	2. Skorupiaki	3. Jaja	4. Ryby	5. Orzeszki ziemne	6. Soja	7. Mleko	8. Orzechy z drzew	9. Seler	10. Gorczyca	11. Sezam	12. Dwutlenek siarki	13.Łubin	14. Mięczaki
1	Krupnik	x						x		x					
2	Makaron z serem	x		x				x							
3	Mandarynka														
4	Kompot														
5	Kartoflanka	x								x					
6	Kurczak duszony w sosie śmietanowym	x						x		x					
7	Ryż z warzywami							x		x					
8	Marchewka z jabłkiem														
9	Zupa ogórkowa z ryżem	x						x		x					
10	Pierogi ruskie	x		x				x							
11	Zupa pomidorowa z makaronem	x		x				x		x					
12	Kotlet drobiowy w panierce	x		x				x							
13	Polenta kukurydziana na złoto	x		x				x							
14	Surówka z kapusty pekińskiej														
15	Zupa jarzynowa	x						x		x					
16	Paluszki rybne	x		x			x	x		x					
17	Surówka z kapusty czerwonej			x				x			x				
18															
19															

Tydzień 3

Lp.	Nazwa potrawy	1. Ziarna zbóż zawierające gluten	2. Skorupiaki	3. Jaja	4. Ryby	5. Orzeszki ziemne	6. Soja	7. Mleko	8. Orzechy z drzew	9. Seler	10. Gorczyca	11. Sezam	12. Dwutlenek siarki	13.Łubin	14. Mięczaki
1	Żurek z jajkiem i kiełbasą	x		x				x		x					
2	Ryż na mleku z truskawkami							x							
3	Kompot														
4	Zupa ryżowa							x		x					
5	Kotlet mielony	x		x				x		x					
6	Ziemniaki							x							
7	Surówka z białej rzodkwi			x				x			x				
8	Kapuśniak	x								x					
9	Szynka pieczona	x						x		x					
10	Kasza jęczmienna	x						x							
11	Buraczki														
12	Rosół makaronem	x		x						x					
13	Pulpety w sosie pomidorowym	x		x				x		x					
14	Surówka z białej kapusty			x				x			x				
15	Zupa fasolowa	x						x		x					
16	Ryba po grecku	x		x	x			x		x					
17	Kalafior z wody							x							

Tydzień 4

Lp.	Nazwa potrawy	1. Ziarna zbóż zawierające gluten	2. Skorupiaki	3. Jaja	4. Ryby	5. Orzeszki ziemne	6. Soja	7. Mleko	8. Orzechy z drzew	9. Seler	10. Gorczyca	11. Sezam	12. Dwutlenek siarki	13.Łubin	14. Mięczaki
1	Zupa z zielonym groszkiem	x						x		x					
2	Naleśnik z serem	x		x				x							
3	Naleśnik z jabłkiem	x		x											
4	Kompot														
5	Zupa wielowarzywna na rosole z porami	x								x					
6	Pierogi ruskie	x		x				x							
7	Barszcz czerwony zabielany z jajkiem	x		x				x		x					
8	Gulasz wieprzowy	x						x		x					
9	Kluski śląskie	x		x				x							
10	Ogórek kiszony														