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

Jadłospis styczeń 2018- Szkoła Podstawowa nr 8

01.01.2018 poniedziałek	02.01.2018 wtorek	03.01.2018 środa	04.01.2018 czwartek	05.01.2018 piątek
	Zupa pomidorowa z makaronem Naleśniki z serem Sok przecierowy z marchewki lub woda mineralna z cytryną	Zupa jarzynowa Kotlet drobiowy panierowany Ziemniaki Surówka z białej kapusty Kompot lub woda mineralna z cytryną	Grochówka z makaronem Kluski śląskie z sosem grzybowym Marchewka z jabłkiem Kompot lub woda mineralna z cytryną	Zupa pieczarkowa z ryżem Ryba (miruna) w panierce Ziemniaki Surówka z kapusty kiszonej Kompot lub woda mineralna z cytryną
08.01.2018 poniedziałek	09.01.2018 wtorek	10.01.2018 środa	11.01.2018 czwartek	12.01.2018 piątek
Zupa krem z brokułów z groszkiem ptysiowym Makaron z sosem bolońskim Kompot lub woda mineralna z cytryną	Zupa ryżowa Pierogi ruskie Mandarynka Mleko lub woda mineralna z cytryną	Rosół z makaronem Pieczeń ze schabu Ziemniaki Buraczki Kompot lub woda mineralna z cytryną	Zupa ogórkowa z ziemniakami Gulasz wieprzowy Kasza gryczana Ogórek kiszony Kompot lub woda mineralna z cytryną	Zupa fasolowa Ryż na mleku z polewą owocową Kompot lub woda mineralna z cytryną
15.01.2018 poniedziałek	16.01.2018 wtorek	17.01.2018 środa	18.01.2018 czwartek	19.01.2018 piątek
Barszcz czerwony zabielany z jajkiem Racuchy z jabłkami Kompot lub woda mineralna z cytryną	Zupa kalafiorowa z ziemniakami Kurczak duszony z warzywami Ryż z warzywami Marchewka z chrzanem Kompot lub woda mineralna z cytryną	Kapuśniak Szynka pieczona Ziemniaki purée Ćwikła Kompot lub woda mineralna z cytryną	Zupa serowa z kurczakiem i groszkiem ptysiowym Krokiety z kapustą Kompot lub woda mineralna Z cytryną	Krupnik Ryba po grecku (miruna) Ziemniaki Surówka z kapusty pekińskiej Kompot lub woda mineralna z cytryną

22.01.2018 poniedziałek	23.1.2018 wtorek	24.01.2018 środa	25.01.2018 czwartek	26.01.2018 piątek
Żurek z jajkiem i kiełbasą Naleśniki z jabłkami Kompot lub woda mineralna z cytryną	Zupa z zielonym groszkiem Kopytka Gulasz drobiowy Surówka z białej rzodkwi Kompot lub woda mineralna z cytryną	Kartoflanka z kiełbasą Gołąbki z sosem pomidorowym Kompot lub woda mineralna z cytryną	Zupa brokułowa z makaronem razowym Zrazy wieprzowe z sosem grzybowym Kasza jaglana Surówka z czerwonej kapusty Kompot lub woda mineralna z cytryną	zupa krem z pieczarek z groszkiem ptysiowym Paluszki rybne Ziemniaki opiekane Surówka z selera Kompot lub woda mineralna z cytryną

Alergeny w żywności styczeń 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 pomidorowa z makaronem	x		x				x		x					
2	Naleśniki z serem	x		x				x							
3	Kompot														
4	Zupa jarzynowa	x						x		x					
5	Kotlet drobiowy panierowany	x		x				x		x					
6	Ziemniaki							x							
7	Surówka z białej kapusty							x							
8	Grochówka z makaronem	x		x						x					
9	Kluski śląskie	x		x				x							
10	Sos grzybowy	x						x		x					
11	Marchewka z jabłkiem														
12	Zupa pieczarkowa z ryżem	x						x		x					
13	Miruna w panierce	x		x	x			x							
14	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	Zupa krem z brokułów z groszkiem ptysiowym	x		x				x							
2	Makaron z sosem bolońskim	x		x				x		x					
3	Kompot														
4	Zupa ryżowa	x						x		x					
5	Pierogi ruskie	x		x				x							
6	Mandarynka														
7	Rosół z makaronem	x		x						x					
8	Pieczeń ze schabu	x						x		x					
9	Ziemniaki							x							
10	Buraczki														
11	Zupa ogórkowa z ziemniakami	x						x		x					
12	Gulasz wieprzowy	x						x		x					
13	Kasza gryczana							x							
14	Ogórek kiszony														
15	Zupa fasolowa	x						x		x					
16	Ryż na mleku z polewą owocową							x							
17															

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	Barszcz czerwony zabielany z jajkiem	x		x				x		x					
2	Racuchy z jabłkami	x		x				x							
3	Kompot														
4	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	x						x		x					
5	Kurczak duszony z warzywami	x								x					
6	Ryż z warzywami							x		x					
7	Marchewka z chrzanem							x							
8	Kapuśniak	x								x					
9	Szynka pieczona	x								x					
10	Ziemniaki							x							
11	Ćwikła														
12	Zupa serowa z kurczakiem i groszkiem ptysiowym	x		x				x		x					
13	Krokiety z kapustą	x		x				x		x					
14	Krupnik	x								x					
15	Miruna po grecku	x		x						x					
16	Surówka z kapusty pekińskiej														

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	Żurek z jajkiem i kiełbasą	x		x				x		x					
2	Naleśniki z jabłkami	x		x				x							
3	Kompot														
4	Zupa z zielonym groszkiem	x						x		x					
5	Kopytka	x		x				x							
6	Gulasz	x								x					
7	Surówka z białej rzodkwi							x							
8	Kartoflanka z kiełbasą	x								x					
9	Gołąbki z sosem pomidorowym	x						x		x					
10	Zupa brokułowa z makaronem razowym	x		x				x		x					
11	Zrazy wieprzowe z sosem grzybowym	x		x				x		x					
12	Kasza jaglana							x							
13	Surówka z czerwonej kapusty							x							
14	Zupa krem z pieczarek z groszkiem ptysiowym	x		x				x		x					
15	Paluszki rybne	x		x			x	x		x					
16	Ziemniaki opiekane														
17	Surówka z selera							x	x	x					
18															