



Jadłospis wrzesień 2018-szkoła Podstawowa nr 8, Sanok, ul Sobieskiego

03.09.2018 poniedziałek	04.09.2018 wtorek	05.09.2018 środa	06.09.2018 czwartek	07.09.2018 piątek
	-zupa pomidorowa z makaronem -kotlet drobiowy panierowany -ryż z warzywami -surówka z marchewki i jabłka -kompot lub woda min z cytryną -ciasto ucierane z owocami	-krupnik -pieczeń ze schabu -ziemniaki -surówka z kapusty pekińskiej na winegrece -kompot lub woda min z cytryną	-żurek z jajkiem i kiełbasą -pierogi ruskie -mleko lub woda mineralna z cytryną -owoc	-zupa jarzynowa -paluszki rybne -ziemniaki -surówka z białej rzodkwi -kompot lub woda mineralna
10.09.2018 poniedziałek	11.09.2018 wtorek	12.09.2018 środa	13.09.2018 czwartek	14.09.2018 piątek
-kartoflanka -makaron z sosem bolońskim -kompot lub woda mineralna	-rosół z makaronem -gulasz wieprzowy -kasza jęczmienna -ogórek kiszony -kompot lub woda mineralna	-zupa ryżowa -udko pieczone -ziemniaki -buraczki -kompot lub woda mineralna	-zupa ogórkowa -gołąbki (farsz: ryż, kasza, mięso, cebula), podane z sosem pomidorowym -kompot lub woda mineralna	-zupa fasolowa -kluski śląskie z sosem pieczarkowym -surówka z białej kapusty na winegrece -kompot lub woda mineralna
17.09.2018 poniedziałek	18.09.2018 wtorek	19.09.2018 środa	20.09.2018 czwartek	21.09.2018 piątek
-leczko z cukinii z kurczakiem i kiełbasą -naleśniki z dżemem -kompot lub woda mineralna z cytryną	-zupa kalafiorowa -szynka pieczona -ziemniaki -surówka z kapusty czerwonej -kompot lub woda mineralna	-bigos + chleb -racuchy -kompot lub woda mineralna	-zupa wielowarzywna na rosole z makaronem -kopytka z gulaszem drobiowym -mizeria mix na winegrece -kompot lub woda mineralna	-barszcz biały z ziemniakami -ryba w panierce (miruna) -ryż -fasolka szparagowa -kompot lub woda mineralna
24.09.2018 poniedziałek	25.09.2018 wtorek	26.09.2018 środa	27.09.2018 czwartek	28.09.2018 piątek
-barszcz czerwony zabieleny z jajkiem -fazanki z kapustą -kompot lub woda mineralna z cytryną	-zupa krem z brokułów z groszkiem ptysiowym -kotlet mielony -ziemniaki -młoda kapusta zasmażana -kompot lub woda mineralna	-zupa cukiniowa z ziemniakami -roladka drobiowa z sosem koperkowym -makaron z warzywami -kompot lub woda mineralna	-zupa z fasolką szparagową -pierogi ruskie -sok przecierowy z marchewki, mleko lub woda mineralna z cytryną	-kapuśniak -ryba po grecku -kasza jęczmienna -kalafior z wody -kompot lub woda mineralna



Alergeny w żywności wrzesień 2018

Tydzień 1

Lp.	Nazwa potrawy	1. Ziarne 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	Kotlet drobiowy panierowany	x		x				x							
3	Ryż z warzywami							x		x					
4	Marchewka z jabłkiem														
5	Ciasto ucierane z owocami	x		x											
6	Krupnik	x						x		x					
7	Pieczeń ze schabu	x								x					
8	Ziemniaki							x							
9	Surówka z kapusty pekińskiej na winegrecie														
10	Żurek z jajkiem i kielbasą	x		x				x		x					
11	Pierogi ruskie	x		x				x							
12	Zupa jarzynowa	x						x		x					
13	Paluszki rybne	x		x	x		x	x		x					
14	Surówka z białej rzodkwi			x				x			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	Barszcz czerwony zabieleny z jajkiem	X		X				X		X					
2	Łazanki z kapustą	X		X				X		X					
3	Kompot														
4	Zupa krem z brokułów z groszkiem ptysiowym	X		X				X		X					
5	Kotlet mielony	X		X				X		X					
6	Ziemniaki							X							
7	Młoda kapusta zasmażana	X						X		X					
8	Zupa cukiniowa z ziemniakami	X						X		X					
9	Roladka drobiowa z sosem koperkowym	X						X		X					
10	Makaron z warzywami	X		X				X		X					
11	Zupa z fasolką szparagową	X						X		X					
12	Pierogi ruskie	X		X				X							
13	Kapuśniak	X								X					
14	Ryba po grecku	X				X				X					
15	Kasza jęczmienna														
16	Kalafior z wody	X						X							
17		X		X				X							
18															

Komentarz [C1]: a

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

