



JADŁOSPIS SZKOŁA 9.11-13.11 REDA

OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD	
pieczywo		pieczywo				pieczywo			pieczywo
Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym	300g	Ziemniaki	150g			Jarzynowa z ziemniakami	350g		Pierogi ruskie z cebulką
		Kotlet meksykański w sosie pomidorowym	100g/ 50g			Jogurt owocowy	1szt.		
Woda z cytryną	200ml	Woda z cytryną	200ml			Woda z cytryną	200ml		Woda z cytryną
ALERGENY: 7		ALERGENY: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11		ALERGENY: 7, 9		ALERGENY: 1, 3, 7		ALERGENY: 1, 3, 7	
OBIAD 761kcal		OBIAD 395kcal		OBIAD 208kcal		OBIAD 610kcal		OBIAD 610kcal	

1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne, 4. Ryby i produkty pochodne (arachidowe) i produkty pochodne, 6. Soja i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczyny, 13. Łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne

A. Yonishka
Dietetyk

Agnieszka Monińska