



PP7.2231.46.2024

JADŁOSPIS TYGODNIOWY 09.12.2024- 13.12.2024

Dzień	Śniadanie pierwsze i drugie	Zupa	Drugie danie	ALERGENY
PON IEDZ IAŁEK K 09.12	Ser żółty (7), papryka czerwona, słupki kalarepki, pestki dyni. Chleb pszenny(1), razowy (1 - gluten), masło (7). Herbata owocowa. <u>Budyń chia na mleku (7).</u>	Ogórkowa włoszczyzna (9), ziemniaki, śmietanka.	Pulpety z łopatki wieprzowej (jaja3), w sosie pomidorowym, kasza jęczmienna i gryczana. Kompot z mieszanki owoców.	1-gluten 3-jaja 4-ryby 7-mleko 8-orzechy 9-seler
WTO REK 10.12	Szynka wieprzowa, rzodkiewka. Chleb pszenny(1), razowy(1 - gluten), masło (7). Herbata czarna z cytryną. <u>Chrupsy jabłkowe, orzechy nerkowca (8).</u>	Barszcz biały z jajkami (3) włoszczyzna (9), Ziemniaki,	Makaron (1), mus z truskawek i <u>jogurtu naturalnego (7).</u> Kompot z mieszanki owoców.	1-gluten 3-jaja 4-ryby 7-mleko 8-orzechy 9-seler
ŚRO DA 11.12	Nutella wyrób własny z awokado, banany, kakao i miód. Chałka pszenna(1), razowa(1 - gluten), masło (7). Herbata owocowa. <u>Mleko (7).</u> <u>Słupki marchewki i kalarepki</u>	Pomidorowa z makaronem (1) włoszczyzna (9), śmietanka.	Duszony filet drobiowy w sosie pieczarkowo-śmietankowym, ziemniaki, ogórek kiszony. Kompot z mieszanki owoców.	1-gluten 3-jaja 4-ryby 7-mleko 8-orzechy 9-seler
CZW ART EK 12.12	Wędlina drobiowa, pomidor, sałata rukola. Chleb pszenny(1), razowy(1 - gluten), masło (7). Herbata czarna z cytryną. <u>Zupa mleczna (7) z płatkami ryżowymi.</u>	Kapuśniak włoszczyzna (9), ziemniaki.	Pieczona kiełbasa, ziemniaki, mizeria. Kompot z mieszanki owoców.	1-gluten 3-jaja 4-ryby 7-mleko 8-orzechy 9-seler
PIĄT EK 13.12	Pasta jajeczna (3) ze szczypiorkiem. Chleb pszenny(1), razowy (1 - gluten), masło (7). Herbata owocowa. <u>Pucharek musu z truskawek, płatki kukurydziane, jogurt (7) grecki, wiórka siemienia lnianego.</u>	Dyniowa włoszczyzna (9), ziemniaki, śmietanka.	Ryba (4), ryż, surówka colesław (biała kapusta, marchew) Kompot z mieszanki owoców.	1-gluten 3-jaja 4-ryby 7-mleko 8-orzechy 9-seler

Jadłospis sporządzany jest zgodnie z wymogami zawartymi w rozporządzeniu Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016r. Dopuszczalne mogą być zmiany w jadłospisie spowodowane przyczynami niezależnymi np.: opóźnienie w dostawie lub brak zamówionego towaru itp.

Wyjaśnienia:

- Numery przy potrawach w nawiasach to numery alergenów, lista alergenów podana jest poniżej.

- Włoszczyzna to: seler (alergen 9), por, marchew, pietruszka.

- Kompot robiony jest z mieszanki owoców mrożonych.

- Woda mineralna niegazowana do picia jest dostępna przez cały czas, dodatkowo kompot, herbatka czy mleko podawane są na prośbę dziecka.

Sporządził: specjalista ds. żywienia Beata Waligóra

Zatwierdził: dyrektor Maria Kwarciak



PP7.2231.45.2024

JADŁOSPIS TYGODNIOWY 02.12.2024- 06.12.2024

Dzień	Śniadanie pierwsze i drugie	Zupa	Drugie danie	ALERGENY
PON IEDZ IAŁE K 02.12	Szynka z indyka, papryka czerwona. Chleb pszenny(1), razowy (1 - gluten), masło (7). Herbata czarna z pomarańczą. <u>Koktajl mocy: maślanka (7) i kefir (7) z bananami i awokado z dodatkiem soku z cytryny.</u>	Ziemniaczana z natką pietruszki włoszczyzna (9), Ziemniaki, boczek.	Jarskie spaghetti (makaron 1), sos pomidorowy z bazylią i oregano. Kompot z mieszanki owoców.	1-gluten 3-jaja 4-ryby 7-mleko 8- orzechy 9-seler
WTO REK 03.12	Humus z ciecierzycy. Chleb pszenny(1), razowy(1 - gluten), masło (7). Herbata czarna z rumiankiem. <u>Kasza manna na mleku (7), z sokiem z czarnej porzeczki – wyrób własny.</u>	Minestrone włoszczyzna (9), ziemniaki, brokuł, cukinia.	Gulasz węgierski z papryką zieloną i mięsem wieprzowym, kasza bulgur, ogórek kiszony. Kompot z mieszanki owoców.	1-gluten 3-jaja 4-ryby 7-mleko 8- orzechy 9-seler
ŚRO DA 04.12	Szynka wieprzowa, ogórek zielony, kiełki. Chleb pszenny(1), razowy(1 - gluten), masło (7). Herbata czarna z cytryną. <u>Plastry ananasa , 1/2jabłko</u>	Krupnik włoszczyzna (9), ziemniaki, kasza jęczmienna.	Kolorowe kopytka zielone szpinakowe i pomarańczowe marchewkowe, polewa z maselką, <u>jogurt naturalny (7).</u> Kompot z mieszanki owoców.	1-gluten 3-jaja 4-ryby 7-mleko 8- orzechy 9-seler
CZW ART EK 05.12	<u>Twarożek jogurtowy (7) i powidła śliwkowe.</u> Bułka pszenna(1), razowa(1 - gluten), masło (7). Herbata owocowa. <u>Mleko (7).</u> <u>Słupki marchewki i kalarepki.</u>	Grochówka włoszczyzna (9), Ziemniaki, kiełbasa wieprzowa.	Ryba (4) miruna, ziemniaki, surówka z kapusty kiszonej z marchewką. Kompot z mieszanki owoców.	1-gluten 3-jaja 4-ryby 7-mleko 8- orzechy 9-seler
PIĄT EK 06.12	Jajecznica (3), szczypior. Chleb pszenny(1), razowy (1 - gluten), masło (7). Herbata czarna z cytryną i imbirem. <u>Mix jagód z jogurtem(7) greckim i miodem.</u>	Barszcz czerwony włoszczyzna (9), ziemniaki, fasola, śmietanka.	Ryż po meksykańsku z kukurydzą. Kompot z mieszanki owoców.	1-gluten 3-jaja 4-ryby 7-mleko 8- orzechy 9-seler

Jadłospis sporządzany jest zgodnie z wymogami zawartymi w rozporządzeniu Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016r. Dopuszczalne mogą być zmiany w jadłospisie spowodowane przyczynami niezależnymi np.: opóźnienie w dostawie lub brak zamówionego towaru itp.

Wyjaśnienia:

- Numery przy potrawach w nawiasach to numery alergenów, lista alergenów podana jest poniżej.
- Włoszczyzna to: seler (alergen 9), por, marchew, pietruszka.
- Kompot robiony jest z mieszanki owoców mrożonych.
- Woda mineralna niegazowana do picia jest dostępna przez cały czas, dodatkowo kompot, herbatka czy mleko podawane są na prośbę dziecka.

Sporządził: specjalista ds. żywienia Beata Waligóra

Zatwierdził: dyrektor Maria Kwarciak

Alergeny

ZAŁĄCZNIK II Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności
SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI

1. **Zboża zawierające gluten**, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne, z wyjątkiem:

- a) syropów glukozykowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę (1);
- b) maltodekstryn na bazie pszenicy (1);
- c) syropów glukozykowych na bazie jęczmienia;
- d) zbóż wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;

2. **Skorupiaki i produkty pochodne;**

3. **Jaja i produkty pochodne;**

4. **Ryby i produkty pochodne**, z wyjątkiem:

- a) żelatyny rybnej stosowanej jako nośnik preparatów zawierających witaminy lub karotenoidy;
- b) żelatyny rybnej lub karuku stosowanych jako środki klarujące do piwa i wina;

5. **Orzeszki ziemne** (arachidowe) i produkty pochodne;

6. **Soja** i produkty pochodne, z wyjątkiem:

- a) całkowicie rafinowanego oleju i tłuszczu sojowego (1);
- b) mieszaniny naturalnych tokoferoli (E306), naturalnego D-alfa-tokoferolu, naturalnego octanu D-alfa-tokoferolu, naturalnego bursztynianu D-alfa-tokoferolu pochodzenia sojowego;
- c) fitosteroli i estrów fitosteroli otrzymanych z olejów roślinnych pochodzenia sojowego;
- d) estrustanolu roślinnego produkowanego ze steroli olejów roślinnych pochodzenia sojowego;

7. **Mleko i produkty pochodne** (łącznie z laktozą), z wyjątkiem:

- a) serwatki wykorzystywanej do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego,
- b) laktitolu;

8. **Orzechy**, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;

9. **Seler i produkty pochodne;**

10. **Gorzycza i produkty pochodne;**

11. **Nasiona sezamu i produkty pochodne;**

12. **Dwutlenek siarki i siarczyny** w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość

SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców;

13. **Łubin i produkty pochodne;**

14. **Mięczaki i produkty pochodne**

ROZPORZĄDZENIE
MINISTRA ZDROWIA¹⁾

z dnia 26 lipca 2016 r.

w sprawie grup środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełniać środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w tych jednostkach

Na podstawie art. 52c ust. 6 ustawy z dnia 25 sierpnia 2006 r. o bezpieczeństwie żywności i żywienia (Dz. U. z 2015 r. poz. 594 i 1893 oraz z 2016 r. poz. 65) zarządza się, co następuje:

§ 1. [Grupy środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty]

1. Określa się grupy środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty:

- 1) pieczywo, z wyłączeniem pieczywa produkowanego z ciasta głęboko mrożonego;
- 2) pieczywo półcukiernicze i cukiernicze, z wyłączeniem pieczywa produkowanego z ciasta głęboko mrożonego;
- 3) kanapki;
- 4) sałatki i surówki;
- 5) mleko;
- 6) napoje zastępujące mleko, takie jak napój: sojowy, ryżowy, owsiany, kukurydziany, gryczany, orzechowy, jaglany, kokosowy lub migdałowy;
- 7) produkty mleczne, takie jak: jogurt, kefir, maślanka, mleko zsiadłe, mleko acidofilne, mleko smakowe, serwatka, ser twarogowy, serek homogenizowany lub produkty zastępujące produkty mleczne na bazie soi, ryżu, owsa, orzechów lub migdałów;
- 8) zbożowe produkty śniadaniowe oraz inne produkty zbożowe;
- 9) warzywa;
- 10) owoce;
- 11) suszone warzywa i owoce, orzechy oraz nasiona bez dodatku cukrów, substancji słodzących zdefiniowanych w rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 1333/2008 z dnia 16 grudnia 2008 r. w sprawie dodatków do żywności (Dz. Urz. UE L 354 z 31.12.2008, str. 16, z późn. zm.²⁾), zwanym dalej „rozporządzeniem (WE) nr 1333/2008”, oraz bez dodatku soli;
- 12) soki owocowe, warzywne, owocowo-warzywne;
- 13) przecięry, musy owocowe, warzywne oraz owocowo-warzywne bez dodatku cukrów i soli;
- 14) koktajle owocowe, warzywne oraz owocowo-warzywne na bazie mleka, napojów zastępujących mleko, o których mowa w pkt 6, produktów mlecznych lub produktów zastępujących produkty mleczne, o których mowa w pkt 7, bez dodatku cukrów i substancji słodzących, o których mowa w rozporządzeniu (WE) nr 1333/2008;

- 15) naturalna woda mineralna nisko- lub średniozmineralizowana, woda źródłana i woda stołowa;
- 16) napoje przygotowywane na miejscu, które nie mogą zawierać więcej niż 10 g cukrów w 250 ml produktu gotowego do spożycia;
- 17) napoje bez dodatku cukrów i substancji słodzących zdefiniowanych w rozporządzeniu (WE) nr 1333/2008;
- 18) bezcukrowe gumy do żucia;
- 19) czekolada gorzka o zawartości minimum 70% miazgi kakaowej;
- 20) inne.

2. W jednostkach systemu oświaty mogą być sprzedawane dzieciom i młodzieży grupy środków spożywczych, o których mowa w ust. 1 pkt 2, 6–8 i pkt 20, pod warunkiem że nie zawierają więcej niż:

- 1) 15 g cukru w 100 g/ml produktu gotowego do spożycia, a w przypadku produktów mlecznych, o których mowa w ust. 1 pkt 7, nie więcej niż 13,5 g cukru w 100 g/ml produktu gotowego do spożycia;
- 2) 10 g tłuszczu w 100 g/ml produktu gotowego do spożycia;
- 3) 0,4 g sodu/1 g soli w 100 g/ml produktu gotowego do spożycia, a w przypadku pieczywa półcukierniczego i cukierniczego nie więcej niż 0,45 g sodu/1,2 g soli w 100 g/ml produktu gotowego do spożycia.

§ 2. [Wymagania dotyczące środków spożywczych]

1. Środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w jednostkach systemu oświaty muszą spełniać odpowiednie wymagania dla danej grupy wiekowej, wynikające z aktualnych norm żywienia dla populacji polskiej.

2. Środki spożywcze, o których mowa w ust. 1, dobiera się w taki sposób, aby:

- 1) na całodzienną żywność składały się środki spożywcze pochodzące z różnych grup środków spożywczych;
- 2) posiłki (śniadanie, obiad, kolacja) zawierały produkty z następujących grup środków spożywczych: produkty zbożowe lub ziemniaki, warzywa lub owoce, mleko lub produkty mleczne, mięso, ryby, jaja, orzechy, nasiona roślin strączkowych i inne nasiona oraz tłuszcze;
- 3) zupy, sosy oraz potrawy sporządzane były z naturalnych składników, bez użycia koncentratów spożywczych, z wyłączeniem koncentratów z naturalnych składników;
- 4) od poniedziałku do piątku były podawane nie więcej niż dwie porcje potrawy smażonej, przy czym do smażenia jest używany olej roślinny rafinowany o zawartości kwasów jednonienasyconych powyżej 50% i zawartości kwasów wielonienasyconych poniżej 40%;
- 5) napoje przygotowywane na miejscu zawierały nie więcej niż 10 g cukrów w 250 ml produktu gotowego do spożycia;
- 6) każdego dnia były podawane:
 - a) co najmniej dwie porcje mleka lub produktów mlecznych,
 - b) co najmniej jedna porcja z grupy mięso, jaja, orzechy, nasiona roślin strączkowych,
 - c) warzywa lub owoce w każdym posiłku,

- d) co najmniej jedna porcja produktów zbożowych w śniadaniu, obiedzie oraz kolacji;
- 7) w żywieniu całodziennym było podawane przynajmniej pięć porcji warzyw lub owoców;
- 8) co najmniej raz w tygodniu była podawana porcja ryby.

§ 3. [Termin końcowy stosowania dotychczasowych wymagań przy sprzedaży środków żywnościowych]

Do dnia 31 grudnia 2016 r. w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w jednostkach systemu oświaty mogą być stosowane grupy środków spożywczych oraz wymagania, jakie muszą spełniać środki spożywcze określone w przepisach, o których mowa w § 4.

§ 4. [Przepisy uchylone]

Traci moc rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 sierpnia 2015 r. w sprawie grup środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełniać środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w tych jednostkach (Dz. U. poz. 1256).

§ 5. [Wejście w życie]

Rozporządzenie wchodzi w życie z dniem 1 września 2016 r.

Minister Zdrowia: K. Radziwiłł