

JADŁOSPIS 07 – 11.10.2019.

	ŚNIADANIE	ALERGENY	OBIAD	ALERGENY	PODWIECZOREK	ALERGENY
Poniedziałek	Chleb orkiszowy z masłem Twarożek z jogurtem Rzodkiewka, szczypiorek Kakao na mleku	1, 2 2 1,2,8	Zupa z soczewicy, chleb razowy Gulasz wieprzowy Kasza gryczana Surówka: ogórki kiszone z marchewką Herbata z cytryną i miodem	1, 2, 5 1,2 1	Bułka maślana Kompot truskawkowy śliwki	1,23
Wtorek	Bułka grahamka z masłem Szynka wieprzowa Papryka, sałata lodowa Kawa zbożowa z mlekiem	1, 2 1,5,7,8 1, 2	Zupa pomidorowa z brązowym ryżem Filet z kurczaka panierowany Ziemniaki z koperkiem Sałata z sosem vinegret Kompot wiśniowy	1, 2, 5 1,2,3	Budyń waniliowy na mleku Jabłka	1,2
Środa	Chleb razowy z masłem Ser gouda Sałata, papryka, ogórek Kakao na mleku	1, 2 2 1,2,8	Krupnik jaglany, chleb razowy Miruna - ryba z pieca w curry Ziemniaki z koperkiem Brokuły na parze Herbata z dzikiej róży	1,2,5 1,2,4,7,10,8	Chałka z powidłami śliwkowymi Herbata cytryną i miodem banan	1, 2, 3
Czwartek	Bułki razowe z masłem Pasta jajeczna Rzodkiewka, papryka, sałata Kawa zbożowa z mlekiem	1, 2 3 1,2	Zupa grochowa Makaron razowy Sos warzywny w pomidorach Kompot truskawkowy	1, 2, 5 1,2,3	Jogurt grecki z truskawkami jabłka	2
Piątek	Płatki owsiane na mleku morele suszone i migdały Banany	1, 2 1,6,9,10,11	Zupa jarzynowa Pierogi z jagodami Polewa jogurtowa z wanilią i orzechami nerkowca Woda mineralna	1, 2, 5 1,2,3 2 1,6,9,10,11	Gruszki Nektaryny	

Porcje śniadań i podwieczorków oraz porcje obiadowe - gramatura zależna od rodzaju dania:

Wędliny i nabiał 30-50g, warzywa 30-60g, pieczywo 50-80g, Zupy 250-300 ml, Mięso, ryby i surówki 100-150g, Napoje 200-250 ml. Dodatki skrobiowe 100-300 g

Dla Rodziców i Opiekunów: Informacja o alergenach w żywności przekazana jest wg Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011

Alergeny: 1. Gluten, 2. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 3. Jaja i produkty pochodne. 4. Ryby i produkty pochodne. 5. Seler i produkty pochodne. 6. Orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) i produkty pochodne
.7. Gorczyca i produkty pochodne. 8. Soja i produkty pochodne. 9. Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzech pistacjowy, orzechy makadamia i produkty pochodne. 10. Nasiona sezamu i produkty pochodne. 11. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO₂. 12. Łubin i produkty pochodne.

13. Mięczaki i produkty pochodne. 14. Skorupiaki i produkty pochodne. **Jadłospis może się zmienić z przyczyn niezależnych**