

JADŁOSPIS 14 – 19.10.2019.

	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	Żurek Wieprzowina w sosie własnym Kluski śląskie Kapusta czerwona z jabłkiem Herbata z róży	1, 2, 5 1 1,2,3	Chałka z masłem Sok jabłkowy Śliwka	1,2,3
Wtorek	Bułka grahamka z masłem Parówki z szynki Papryka, sałata lodowa Kawa zbożowa z mlekiem	1, 2 1,5,7,8 1, 2	Zupa jarzynowa z zacierką Gołąbki z ryżem i mięsem Sos pomidorowy Kompot śliwkowy	1, 2, 5 1 1,2	Budyń czekoladowy Jabłka	1,2,8
Środa	Chleb razowy z masłem Ser kozi Sałata, papryka, pomidor Kakao na mleku	1, 2 2 1,2,8	Zupa brokułowa, chleb razowy Ryba miruna z pieca Ziemniaki z koperkiem Kapusta kiszona z marchewką Herbata malinowa	1, 2, 5 1,2,3,4 2	Bułka maślana z powidłami śliwkowymi Sok jabłkowy	1, 2, 3
Czwartek	Bułki razowe z masłem Pasta z łososia Ogórek, sałata lodowa Kawa zbożowa z mlekiem	1, 2 2,5 1,2	Zupa z zielonego groszku Pulpety w pieczarkach Ziemniaki z koperkiem Bukiet warzyw Kompot wiśniowy	1,2, 5 1,2 2 2	Jogurt grecki z malinami nektaryna	2
Piątek	Bułka grahamka z masłem Jajko, pomidor, szczypiorek Herbata z dzikiej róży	1,2 3	Barszcz czerwony Pierogi ruskie z cebulką Maślanka	1,2,5 1,2,3 2	Bułka z serem Kompot wiśniowy	1,2,3
Sobota	Płatki owsiane na mleku morelami i migdałami Banan	1,2,6,9, 10,11	Zupa kalafiorowa Ryż na sypko Jogurt grecki z truskawkami Herbata z cytryną	1,2,5 1 2	Ciastko kokosowe Sok jabłkowy 100 %	1,2,6,9

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/orzechy 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