

JADŁOSPIS 21 – 25.10.2019.

	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 pieczarkowa Cielęcina w sosie własnym Kasza bulgur Sałatka z ogórków kiszonych z papryką Herbata z dzikiej róży	2, 5 1 1	Chałka z masłem Sok jabłkowy śliwka	1,2,3
Wtorek	Bułka grahamka z masłem Szynka wieprzowa Papryka, sałata lodowa Kawa zbożowa z mlekiem	1, 2 1, 5, 7, 8 1, 2	Rosół z makaronem Kotlet: filet z kurczaka Ziemniaki z koperkiem Sałata lodowa w winegret Kompot śliwkowy	1, 5 1, 2, 3 2	Kisiel cytrynowy Jabłka	1
Środa	Chleb razowy z masłem Ser gouda Sałata, papryka, ogórek Kakao na mleku	1, 2 2 1, 2, 8	Zupa z fasolki szparagowej Miruna z pieca Ziemniaki z koperkiem Warzywa duszone z pomidorami Herbata malinowa	1, 2, 5 1, 2 2	Bułka drożdżowa z serem Sok jabłkowy	1, 2, 3
Czwartek	Bułki razowe z masłem Pasta jajeczna Pomidory ze szczypiorkiem Kawa zbożowa z mlekiem	1, 2 3 1, 2	Kapuśniak z kiszonej kapusty Makaron spaghetti Sos warzywno - mięsny Sok jabłkowy	1, 5 5 1	Jogurt grecki z jagodami Gruszki	2
Piątek	Płatki wieloziarniste na mleku z morelami i migdałami Banany	1, 2 1,6,9,10,11	Zupa jarzynowa Naleśniki z serem Jogurt z malinami i orzechami nerkowca Herbata z cytryną	1, 2, 5 1, 2, 3 2,6,9,10,11	Ciastko zbożowe Mus jabłkowy	1,2,3,6,8,10

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 w przyczyn niezależnych**