

JADŁOSPIS 25 – 29.11.2019.

	ŚNIADANIE	ALERGENY	OBIAD	ALERGENY	PODWIECZOREK	ALERGENY
Poniedziałek	Chleb orkiszowy z masłem Ser Gouda Sałata, papryka, Kakao na mleku	1, 2 2 1,2,8	Zupa kalafiorowa Filet z indyka w białym sosie Kasza bulgur Sałatka z ogórków kiszonych Herbata malinowa	1, 2, 5 1,2 1	Drożdżówka z serem Sok jabłkowy	1,2,3
Wtorek	Bułka grahamka z masłem Szynka wieprzowa Pomidory ze szczypiorkiem Kawa zbożowa z mlekiem	1, 2 1,5,7,8 1, 2	Krupnik jaglany Łazanki z mięsem i kapustą Kompot truskawkowy Mandarynki	1, 2, 5 1,2 1,2	Mus jabłkowo - bananowy	
Środa	Chleb razowy z masłem Twarożek wiejski Rzodkiewka Herbata z dzikiej róży	1, 2 2 2	Zupa pomidorowa z brązowym ryżem Miruna - ryba z warzywami Ziemniaki z koperkiem Herbata z dzikiej róży	1,2,5 1,2,3,4 2	Chałka z powidłami śliwkowymi Herbata z cytryną	
Czwartek	Bułki razowe z masłem Pasta jajeczna Ogórek ,papryka ,sałata Kakao na mleku	1, 2 2,4 1,2,8	Zupa pieczarkowa Makaron spaghetti Sos meksykański Kompot ze śliwek	1, 2, 5 2	Jogurt grecki z truskawkami Mandarynki	2
Piątek	Płatki wieloziarniste na mleku z orzechami nerkowca Banany	1, 2 1,6,9,10,11	Zupa fasolowa Ryż zapiekany z jabłkami Jogurt grecki z wiśniami i migdałami Herbata z cytryną	1, 2, 5 1,2,3 2,1,6,9,10,11	Ciastka zbożowe jabłko	1, 2, 3,6,8,9,10, 11

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**