

## JADŁOSPIS 07 – 10.01.2020.

	ŚNIADANIE	ALERGENY	OBIA D	ALERGENY	PODWIECZOREK	ALERGENY
Wtorek	Chleb orkiszowy z masłem Ser Gouda Ogórek, papryka, Kakao na mleku	1, 2 2 2, 8	Zupa z soczewicy czerwonej Bitka wieprzowa Ziemniaki z koperkiem Ogórki kiszane Sok jabłkowy	1, 2, 5 1, 2	Chałka z masłem jabłka	1, 2, 3
Środa	Bułka grahamka z masłem Twarożek wiejski Pomidory ze szczypiorkiem Kawa zbożowa z mlekiem	1, 2 2 1, 2	Zupa jarzynowa Makaron spaghetti z sosem meksykańskim, fasolą i kukurydzą Kompot truskawkowy	1,2, 5 1	Kisiel cytrynowy Pomarańcze	1
Czwartek	Chleb razowy z masłem Szynka wieprzowa Rzodkiewka ,sałata lodowa Herbata z cytryną	1, 2 7,11 2	Żurek Risotto mięsno - warzywne Brokuły Herbata malinowa Sok jabłkowo - porzeczkowy	1, 2, 5 1,	Mus jabłkowo - bananowy Bułka drożdżowa z serem	1, 2, 3
Piątek	Płatki zbożowe na mleku z morelami suszonymi i żurawiną Banan	1, 2 6,	Zupa z ciecierzycą Pierogi ruskie z cebulką Mandarynki Herbata z cytryną	1, 5 1, 2, 3	Jogurt grecki z truskawkami	2

### 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 SO<sub>2</sub>. 12. Łubin i produkty pochodne.  
13. Mięczaki i produkty pochodne. 14. Skorupiaki i produkty pochodne.

**Jadłospis może się zmienić z przyczyn niezależnych**