

JADŁOSPIS 13 – 17.01.2020.

	ŚNIADANIE	ALERGENY	OBIAD	ALERGENY	PODWIECZOREK	ALERGENY
Poniedziałek	Chleb razowy z masłem Twarożek papryka, ogórek Kakao na mleku	1, 2 2 2,8	Zupa brokułowa Filet z kurczaka w curry Kasza bulgur Kapusta biała z marchewką Sok jabłkowy	1, 2, 5 1 1	Chałka z masłem Sok jabłkowy 100 %	1,2,3
Wtorek	Płatki owsiane na mleku z migdałami i żurawiną mandarynki	1, 2 6,9,10,11	Kasza manna na rosole Fasolka z warzywami i mięsem Bułka grahamka Jabłko Herbata z owoców leśnych	1, 2, 5 1	Budyń czekoladowy Banan	1,2,8
Środa	Chleb orkiszowy z masłem Ser gouda Ogórek ,sałata lodowa Kakao na mleku	1, 2 2 2,8	Zupa jarzynowa Łazanki z kapustą i mięsem Mandarynki Kompot truskawkowy	1, 2, 5 1 2	Bułka z serem Mus bananowy	1, 2, 3
Czwartek	Bułka grahamka z masłem Parówki z szynki rzodkiewka, papryka Kawa zbożowa z mlekiem	1, 2 2,5 1,2	Zupa pomidorowa z brązowym ryżem Kotlet mielony Ziemniaki z koperkiem Marchewka z groszkiem Herbata	1,2, 5 1,2,3	Jogurt grecki z malinami mandarynki	2
Piątek	Płatki wieloziarniste z mlekiem z morelami i orzechami nerkowca Banany	1,2 6,9,10,11	Zupa ziemniaczana Naleśniki z serem Jogurt grecki z wiśniami Herbata z cytryną	1,2,5 1,2,3 2	Ciastko zbożowe Sok jabłkowy 100 %	1,2,3

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