

JADŁOSPIS

	ŚNIADANIE I II	OBIAD	PODWIECZOREK
29 kwiecień 2024			
poniedziałek	Pieczyno żytnie z masłem, płatki kukurydziane na mleku, szynka „tradycyjna”, jajko, kalarepka, sałata, szczypiorek, banan, herbatka owocowa	Zupa krem cebulowa z groszkiem ptysiowym, kotlet z piersi indyka, ziemniaki z koperkiem, mini marchewki glazurowane w miodzie, słupki ogórka, kompot wieloowocowy	Koktajl z maślanki truskawkami, chałka z masłem
alergeny	1, 3, 7	1, 7, 9	1, 3, 7
30 kwiecień 2024			
wtorek	Pieczyno mieszane z masłem, kakao, ser żółty, szynka drobiowa, pomidorki, ogórek kiszony, melon, zielona herbata	Zupa z zielonej fasolki z ziemniakami, leczo z kiełbasą, kasza kuskus, lemoniada ze świeżej mięty z pomarańczą	Bagietka z twarogiem z białego sera z malinami i miodem, herbatka rumiankowa
alergeny	1, 7	1, 7, 9	1, 7
1 maja 2024			
środa			
alergeny			
2 maja 2024			
czwartek	Pieczyno mieszane z masłem, mleko, wędlna podsuszana, rzodkiewka, pomidorki, jabłko, herbatka miętowa z cytryną	Zupa jarzynowa na piersi kurczaka z ziemniakami, naleśniki z prażonym jabłkiem i jogurtem naturalnym, herbatka rumiankowa	Kajzerka z masłem, ser żółty, ogórek kiszony, herbata z cytryną
alergeny	1, 7	1, 3, 7, 9	1, 7
3 maja 2024			
piątek			
alergeny			

Alergeny (podane w jadalospisie liczby oznaczają wymienione niżej alergeny): **SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI** (wg załącznika II do ROZPORZĄDZENIA PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r.)

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne

12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców

13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne

GRAMATURY POSIŁKÓW

Śniadanie I i II		Obiad		Podwieczorek	
Pieczywo	35g	Zupa	250 ml	Pieczywo	25g
masło	5g	gulasz (z sosem)	100- 120 g	wędlina	20g
wędlina	15-20 g	Kotlet z piersi indyka	65 g	ser żółty	15g
ser żółty	15-20g	udko kurczaka	80-90g	warzywa surowe	20g
warzywa (pomidor, ogórek,)	20g	pulpet	70g	pasty warzywne (z fasoli, ciecierzycy)	6 g
sałata	4g	ziemniaki	120g	shake jogurtowy	150ml
rzodkiewka/kalarepka	4g	ryż	80-100g	sałatka owocowa	130-150g
Mleko/kakao	200 ml	kasza (jęczmienna, gryczana , kuskus)	80-100g	warzywa surowe	20g
Zupa mleczna	200 ml	makaron	80-100g	racuchy/placki z dynią	90-100 g
Owoce	80-100 g	surówka	100g	ryż z jabłkiem	
		warzywa gotowane (marchew, buraki, kalafior, brokuły, fasolka szparagowa)	80g	ciasto kruche (wyrób własny)	150g
		mizeria	120g	makaron z polewą jogurtową	150g
		ogórek kiszony		wafle ryżowe	10g
Herbatka owocowa/mięta	150 ml	kompot owocowy	200 ml	sok (jabłkowy, pomarańczowy)	150-200 ml