

JADŁOSPIS

	ŚNIADANIE (I i II)	OBIAD	PODWIECZOREK
15 lipca 2024			
poniedziałek	Pieczywo mieszane z masłem, kakao, ser żółty, kabanosy drobiowe, pomidor, papryka, arbuz, herbata owocowa	Zupa krem z cukinii z pomidorami i groszkiem ptysiowym, kotlet mielony, kasza jęczmienna, mizeria z jogurtem greckim, kompot truskawkowy	Budyń śmietankowy z musem malinowym, podplomyki bez cukru
alergeny	1, 7	1, 3, 7, 9	1, 7
16 lipca 2024			
wtorek	Chleb orkiszowy z masłem, płatki kukurydziane na mleku, szynka, jajko, szczypiorek, pomidor, kalarepka, brzoskwinie, zielona herbata	Zupa kalafiorowa z ziemniakami, pierś kurczaka w sosie curry, brązowy ryż, mini marchewki glazurowane w miodzie, kompot śliwkowy	Mini drożdżówki z serem, jabłko, biała herbata
alergeny	1, 3, 7	1, 7, 9	1, 3, 7
17 lipca 2024			
środa	Pieczywo mieszane z masłem, płatki owsiane na mleku, schab pieczony, ser biały, rzodkiewka, ogórek, jabłko, herbatka owocowa	Zupa z czerwonej soczewicy, kluseczki leniwe z masłem i cynamonem, sałatka owocowa, herbatka miętowa z cytryną	Frankfurterki na ciepło, sznytką z masłem, czerwona papryka, lemoniada miętowa z miodem
alergeny	1, 7	1, 3, 7, 9	1, 7
18 lipca 2024			
czwartek	Ciabatta z masłem, kawa zbożowa na mleku, serek kanapkowy, naturalny, szynka drobiowa „złota”, pomidor, ogórek małosolny, listki rozspanki, arbuz, herbatka miętowa	Zupa pomidorowa z makaronem, pulpeciki z mięsa mieszanego w sosie własnym, kasza bulgur, sałatka z ogórków małosolnych z cebulką i oliwą, kompot wieloowocowy	Chleb z pieca na zakwasie, masło, twarożek z białego sera z rzodkiewką i szczypiorkiem, herbatka owocowa
alergeny	1, 7	1, 3, 7, 9	1, 7
19 lipca 2024			
piątek	Chleb wiejski z masłem, zacieki na mleku, kiełbasa krakowska, sucha, ser żółty, rzodkiewka, ogórek brzoskwinia, biała herbata	Barszcz czerwony, kotlet z ryby, ziemniaki z koperkiem, surówka z kiszanej kapusty z pestkami słonecznika, kompot truskawkowy	Drożdżówka z kruszonką, koktajl owocowy na maślanie
alergeny	1, 7	1, 3, 4, 7, 9	1, 3, 7

Alergeny (podane w jadalnościsie 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 II		Obiad		Podwieczerek	
Pieczyno	35g	Zupa	250 ml	Pieczyno	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