

JADŁOSPIS

	ŚNIADANIE (I, II)	OBIAD	PODWIECZOREK
21 października 2024			
poniedziałek	Pieczynko żytnie z masłem, kawa zbożowa na mleku, ser żółty, szynka drobiowa, ogórek kiszony, papryka, sałata, mandarynki, sok ananasy świeżo wyciskany	Zupa kalafiorowa z ziemniakami, szynka w sosie słodko-kwaśnym, kasza bulgur, surówka z czerwonej kapusty, kompot truskawkowy	Racuchy (z jabłkiem), lemoniada miętowa z cytryną
alergeny	1, 7	1, 7, 9	1, 3, 7
22 października 2024			
wtorek	Chleb wiejski z masłem, kasza manna na mleku, twaróg z białego sera z rzodkiewką, jajko, ogórek, pomidor, listki roszponki, jabłko, herbatka z cytryną	Zupa ogórkowa, kotlet mielony, ziemniaki z koperkiem, marchewka z groszkiem, kompot wieloowocowy	Trufle czekoladowe z płatkami owsianymi, ciepłe mleko ½ banana
23	1, 3, 7	1, 3, 7, 9	1, 7
23 października 2024			
środa	Chleb litewski z masłem, kakao, pasta z jajek ze szczypiorkiem, serek kanapkowy, pomidorki koktajlowe, papryka, gruszka, biała herbata	Żurek na białej kiełbasie, makaronowa zapiekanka z kurczakiem curry i warzywami, mix sałat z winogremem, wieloowocowy	Kajzerka z masłem i twarogiem z białego sera z malinami i miodem, sok jabłkowy
alergeny	1, 3, 7	1, 7, 9	1, 7
24 października 2024			
czwartek	Chleb wiejski z masłem, płatki kukurydziane na mleku, ser żółty, kiełbasa żywiecka podsuszana, ogórek kiszony, kalarepka, melon, herbatka rumiankowa	Bulion z piersi kurczaka, naleśniki z musem jabłkowym i polewą z jogurtu naturalnego z wanilią, kompot śliwkowy	Ciabatta z masłem, schab pieczony, pomidorki koktajlowe, sok gruszkowy
alergeny	1, 7	1, 3, 7, 9	1, 7
25 października 2024			
piątek	Mini grahamka z masłem, mleko, kabanosy, jajko, ogórek, papryka, pomidor, banan, sok owocowy świeżo wyciskany z jarmużem	Zupa pomidorowa z ryżem, paluszki rybne, frytki, surówka colesław, kompot śliwkowy	Drożdżówka z serem, shake bananowo-jagodowy na maśle
alergeny	1, 7	1, 4, 7, 9	1, 3, 7

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 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