

Poniedziałek		16.04.2018			
Śniadanie I i II	Alergeny	Obiad	Alergeny	Podwieczorek I i II	Alergeny
Płatki kukurydziane na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g) ser żółty (15g) pomidor (20g), szczypiorek (4g) herbata zielona (150ml)	1, 7	Zupa – krem z pomidorów z makaronem „łezki” (250ml), pieczeń rzymska (80g) ziemniaki (150g) surówka z buraczków z jabłkiem (100g), listek cykorii (4g) napar owocowy (150ml)	1,3, 7,9	Kajzerka pszenno - żytnia (35g) z masłem (6g) miód (20g) mus z czerwonych owoców (100g) zielona herbata (150ml)	1,3, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>kolorowe warzywa (100g), dip koperkowy (20g) sok świeżo wyciskany (130ml)</b>	1,3, 7				
Wtorek		17.04.2018		Dzień kuchni mazowieckiej	
Zacierki na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), schab pieczony (25g), papryka (15g), sałata (4 g) zielona herbata z brzoskwinia (150ml)	1,7	Zupa pomidorowa z ryżem (250ml), <b>pyzy ziemniaczane po warszawsku (120g),</b> surówka żydowska (100g), listek rukoli (5g), kompot (150ml)	1,3, 7,9	<b>Podpłomyki staropolskie (50g),</b> serek Danio (100g), winogrona (100g) mleko (150ml)	1,3, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>owoce (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)</b>	7				
Środa		18.04.2018			
Płatki owsiane na mleku(200ml), suszone owoce i orzechy (5g) pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), jajko (25g), pomidor(20g), cykorii (4g), herbata z dzikiej róży z maliną (150ml)	1,7, 8,1 2	Rosół z makaronem (250ml), budyń mięsny (60g) z sosem chrzanowym (20g), ziemniaki (150g) surówka z ogórka kiszzonego z cebulką (100g) mini marchewki (70g) kompot (150ml)	1,3, 9	Sałatka z brokułów gotowanych na parze z kukurydzą i jajkiem (100g) grahamka (35g) z masłem (6g), serek Bakuś (90g) herbata malinowa (150ml)	1,3, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>Actimel (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)</b>	3,7				
Czwartek		19.04.2018			
Kasza jagłana na mleku(200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), szynka wiejska (15g), ogórek zielony(15g), papryka (15g), mięta (150ml)	1,7	Zupa grochowa (250ml), ryba z pieca z ziołami (60g), sos serowy (25g) ziemniaki (150g) warzywa gotowane na parze (100 g), świeża rukola (6g) napar owocowy (150ml)	1,3, 4,7, 9	Chałka (40g) z masłem (6g), banan (100g) mleko (150ml),	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>serek waniliowy (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)</b>	7				
Piątek		20.04.2018			
Szwedzki stół (pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty/wędlina (25g) papryka/ogórek/pomidor, cykorii (40g), herbata owocowa/kakao (150ml)	1,7	Barszcz ukraiński (250ml), risotto z kurczaka z papryka i pomidorami (100g), ryż ciemny (80g) ząbek ogórka świeżego z koperkiem, (100g) kompot (150ml)	1,7, 9	Butka maślana (50g), masło (6g) mus jogurtowo – zbożowo – owocowy Day Up (90g) herbatka z czystka (150ml)	1,7, 8
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>kolorowe warzywa (100g), dip czosnkowy (20g) sok świeżo wyciskany (130ml)</b>	3,7				

## Alergeny

Podane w jadłospisie liczby oznaczają wymienione niżej alergen

*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 SO<sub>2</sub> 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