

Poniedziałek		26.03.2018			
Śniadanie I i II	Alergeny	Obiad	Alergeny	Podwieczorek I i II	Alergeny
Płatki orkiszowe z ziarnami chia na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g) schab wieprzowy pieczony (15g), papryka (15 g), cykorja (4g) zielona herbata (150ml)	1, 7	Zupa – krem z białych warzyw (250ml), kluski z serem (100g), polewa śmietanowo – jogurtowa (30g) melon(100g), kompot (150ml)	1,7 9, 10	Kiełbasa krakowska (15g) bułka wieloziarnista (35g) z masłem (6g), pomidor z cebulką (30g), kiwi (100g), herbata rumiankowa(150ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>owoce (100g)</b> <b>sok świeżo wyciskany (130ml)</b>					
Wtorek		27.03.2018			
Płatki ryżowe na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), krakowska (15g), ogórek (15 g), szczypiorek (4g), herbata lipowa (150ml)	1,3 7	Zupa solferino (250ml), gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (120g), kalafior z wody (100g), listek szpinaku (4g), ziemniaki (150g), napar owocowy (150ml)	1,3, 7,9	Crumble z jabłkiem i gruszką (owoce zapiekane z kruszonką) (120g) banan (100g) herbata lipowa (150ml),	1,3, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>Actimel (100g)</b> <b>sok świeżo wyciskany (130ml)</b>	7				
Środa		28.03.2018			
Płatki owsiano - jaglane z rodzynkami i orzechami na mleku (200ml) pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), kiełbasa szynkowa (15g), pomidor (20g), por (4g), herbata z czystką (150ml)	1,7, 8, 12	Rosół z makaronem (250ml), kotlet z ryby w panierce (80g), ziemniaki (150g) surówka z sałaty lodowej, pomidorka koktajlowego z czerwoną cebulą i rzodkiewką (100g), kompot (150ml)	1,3, 4,9	Kajzerka (50g) z masłem (6g), pasztet Dziadunia (25g), pomidor (20g) gruszka (100g) herbata z miodem (150g)	1,3 7,
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>kolorowe warzywa (100g),</b> <b>sos tysiąca wysp (30g)</b> <b>sok świeżo wyciskany (130ml)</b>	1,3, 7				
Czwartek		29.03.2018			
Zacierki na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), jajko/łosoś (25g), rzodkiewka 15g), sałata (4g) herbatka z malinami (150ml)	1,7	Zupa kalafiorowa (250ml), spaghetti pełne ziarno (80g) z sosem mięsno – warzywnym (80g) surówka z ogórka kiszzonego z cebulką (100g), napar owocowy (150ml)	1, 9	Babka drożdżowa/wafle kukurydziane (120 g), winogrona ciemne (100g) zielona herbata (150g)	1,3 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>owoce (100g)</b> <b>sok świeżo wyciskany (130ml)</b>					
Piątek		30.03.2018			
Szwedzki stół (pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty/wędlina (25g) papryka/ogórek/pomidor/cykorja (40g), herbata owocowa /kawa Inka(150ml)	1,7	Zupa grochowa (250ml), pierożki leniwe z bułeczką i masłem (120 g), mandarynka (100g) kompot (150ml)	1,3, 7,9,	Grahamka (50g) z masłem (6g), twarożek waniliowy (30g) mus owocowy KUBUŚ (100g), mleko (150ml)	1, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>kolorowe warzywa (100g),</b> <b>dip czosnkowy (30g)</b> <b>sok świeżo wyciskany (130ml)</b>	1,3, 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**