

Poniedziałek		11.12.2017			
Śniadanie I i II	Alergeny	Obiad	Alergeny	Podwieczorek I i II	Alergeny
Płatki kukurydziane na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g) połudwica sopocka (15g) pomidor (20g), szczypiorek (4g) herbata zielona (150ml)	1, 7	Zupa solferino (250ml), pierogi z serem (120g) mandarynka (100g) kompot (150ml)	1,3, 7,9	Budyń waniliowy (150g) ciasteczka korzenne (40g) gruszka (100g) herbata z dzikiej róży (150ml)	1,3, 7,8
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: owoce (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)					
Wtorek		12.12.2017			
Zacierki na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), pasztet Dziadunia (25g), papryka (15g), sałata (4 g) zielona herbata z brzoskwinią (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	Placki z cukinii i marchewki (80g) pomarańcza (100g) herbata z miodem (150ml)	1,3, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Actimel (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)	7				
Środa		13.12.2017			
Płatki owsiane na mleku(200ml), suszone owoce i orzechy (5g) pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), jajko (25g), pomidor(20g), cykoria (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	Quesadilla (pełne ziarno) z zapiekana z serem i szynką (60g) sos czosnkowy (15g) melon (100g) mięta z cytryną (150ml)	1,3, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: kolorowe warzywa (100g) , dip koperkowy (20g) sok świeżo wyciskany (130ml)	3,7				
Czwartek		14.12.2017			
Kasza jaglana 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) bukiet warzyw (100 g) 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: serek waniliowy (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)	7				
Piątek		15.12.2017			
Szwedzki stół (pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty/wędlina (25g) papryka/ogórek/pomidor, cykoria (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	Grahamka (50g) z masłem (6g) i kiełbaska żywiecką (15g), sałata (4 g) ciemne winogrona (100g) herbatka z czystką (150ml)	1,7, 8
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: owoce (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)					

Alergeny

Podane w jadalospisie 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. **Gorzycza 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