

<b>Poniedziałek 20.11.2017</b>					
<b>Śniadanie I i II</b>	<i>Alergeny</i>	<b>Obiad</b>	<i>Alergeny</i>	<b>Podwieczorek I i II</b>	<i>Alergeny</i>
Ryż na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), połudwica wieprzowa (15g) ogórek świeży (15g) rzodkiewka (10g), herbata owocowa (150ml)	1, 7	Zupa solferino (250ml), naleśniki z jabłkiem (150g), polewa śmietanowo- jogurtowa z cynamonem (35g)	1,3, 7,9	Kanapka na ciemnym pieczywie (35g) z masłem (6g) i schabem pieczonym (15g), papryka (20g), banan (100g) herbata owocowa (150ml)	1,3, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>owoce (100g)</b> <b>sok świeżo wyciskany (130ml)</b>		ser biały (60g) kompot (150ml)			
<b>Wtorek 21.11.2017</b>					
Płatki ryżowe na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), kiełbasa żywiecka (15g), papryka (20g), sałata (4g) herbata z malinami (150ml)	1,7	Zupa – krem z zielonego groszku (250ml), risotto z piersi kurczaka, z pomidorami i papryką (200g)	1,3, 7,9	Pasta z ciecierzycy i pieczonej papryki (30g) kajzerka (50g) z masłem (6g) gruszka (100g) herbata zielona(150ml)	1,3 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>jogurt marchewkowo – owocowy</b> <b>Vitaminka (100g)</b> <b>sok świeżo wyciskany (130ml)</b>		surówka z ogórka kiszzonego z cebulką (100g) napar owocowy (150ml)			
<b>Środa 22.11.2017</b>					
Płatki owsiane na mleku(200ml), suszone owoce i orzechy (5g) pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), żółty ser (15g), pomidor (20g), rukola (4g), herbata owocowa (150ml)	1,7,8	Zupa pomidorowa makaronem „łezki” (250ml), bitki cielęce w sosie własnym (100g) , kasza gryczana (80g)	1,9	Ciasto marchewkowe (100g), mango, winogrono (100g) herbata rumiankowa (150ml)	1,3 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>owoce (100g)</b> <b>sok świeżo wyciskany (130ml)</b>	7	surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, ogórka, i papryki z oliwą z oliwek (100g) kompot (150ml)			
<b>Czwartek 23.11.2017</b>					
Makaron na mleku(200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), kiełbasa krakowska (15g), pomidor (25g), cykoria (4g), herbata z miodem (150ml)	1,7	Zupa neapolitańska (250ml), kotleciki z ryby (80g) ziemniaki (150g)	1,3, 4 7,9	Placuszki z cukinii z pieca (150g), kiwi, gruszka (100g) herbatka miętowa (15	1,3, 7
Chcemy być zdrowi, <b>Actimel (100g)</b> <b>sok świeżo wyciskany (130ml)</b>		surówka z mieszanych jarzyn z majonezem (100g) brukselka z wody (70g) napar owocowy (150ml)			
<b>Piątek 24.11.2017</b>					
<b>Szwedzki stół</b> ( pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty/wędlina (25g) papryka/ogórek/pomidor, cykoria (40g), herbata owocowa/kakao (150ml)	1,7	Barszcz ukraiński (250ml), pierozki leniwe z bułeczką i masłem (150g) mandarynka (100g)	1,7, 9	Twarożek waniliowy (30g) bułeczka (35g) z masłem (6g), banan, śliwka (120g), mleko (150ml),	17
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>owoce (100g)!</b> <b>sok świeżo wyciskany (130ml)</b>	7	kompot (150ml)			

## 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