


Poniedziałek						5.11.2018					
Śniadanie I i II		Alergeny	Obiad		Alergeny	Podwieczorek I i II		Alergeny			
Płatki kukurydziane na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g) szynka z komina (15 g) pomidor (15 g), szczypiorek (4g), zielona herbata (150ml)		1, 7	Lane kluski na rosole (250ml), potrawka z kurczaka (120g), surówka z czerwonej kapusty z rodzynkami (100g) ziemniaki (120 g) kompot (150ml)		7,9	zapiekanka na grahamce (50g) z kiełbaską (15g), papryką (10g) i żółtym serem (15g) keczup (20g), winogrona (80g) herbata z malinami (150ml)		1,7			
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>owoce (100g)</b> <b>sok świeżo wyciskany (130ml)</b>											
Wtorek						6.11.2018					
						<b>PASOWANIE</b> grupy I i II – słodka niespodzianka					
Zacierki na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), szyneczka drobiowa (15 g), papryka (15 g), rzodkiewka (10g), herbata (150ml)		1, 7,	Zupa ogórkowa(250ml), schab pieczony (60g), sos majerankowy (30ml) ząbek ogórka świeżego (50g), mini marchewka (50g), kompot (150ml)		1, 7,9	Chałka (50g) z masłem (6g), pomarańcze (100g) mleko (150ml)		1,3, 4,7			
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									
Środa						7.11.2018					
Płatki owsiane na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty (15 g), papryka (15 g), rukola (4g), melisa (150ml)		1,7,	Zupa z grochowa (250ml), pierogi ruskie (120g) surówka wielowarzywna (100g) kompot (150ml)		1,3 7,9	Kanapeczki na ciemnym pieczywie (35g) z masłem (6g) ser żółty, wędlinka (15g), sałata, pomidor jabłko (100g) mięta (150ml)		1,7			
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>Actimel (100ml)</b>		7									
Czwartek						8.11.2018					
						<b>DZIEŃ DOBREGO JEDZENIA I PICIA</b>					
Makaron na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), pasztet (20 g), cykoria (6 g), por (4g), zielona herbata (150ml)		1,7,	Zupa z pomidorowa z makaronem „łezki” (250ml), indyk duszony (60g) z warzywami (60g) ryż brązowy (80g) surówka z buraczka z jabłkiem (80g) woda z cytryną (150ml)		1,3 7,9	Jabłuszko pieczone (60g) z miodem (15g), sos waniliowy (30g), biszkopoty/wafle ryżowe (40g) mięta (150ml)		1,7			
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>owoce (100g)</b> <b>sok świeżo wyciskany (130ml)</b>											
Piątek						9.11.2018					
						<b>Dzień NIEPODLEGŁOŚCI</b>					
Szwedzki stół (pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty/wędlinka (25g) papryka/ogórek/pomidor/cykoria (20g), herbata /mleko z wanilią (150ml)		1,7	Rosół z makaronem (250ml), kotlet schabowy (60g), kapusta z koperkiem (80g) ziemniaki (120g) kompot (150ml)		1,3 7,9						
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>serek naturalny homogenizowany (100g) z polewą z borówek (30g)</b> , <b>świeży sok (130ml)</b>		7				„Sernik niepodległości” (100g), gruszka (100g) herbata malinowa (150ml)		1,3, 7,8			

## **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. **Gorzyczka 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**