

Poniedziałek 6.11.2017					
Śniadanie I i II	<i>Alergeny</i>	Obiad	<i>Alergeny</i>	Podwieczorek I i II	<i>Alergeny</i>
Płatki kukurydziane na mleku (200ml), pieczywo mieszane z masłem (35g), indyk pieczony (15g) papryka (15g), ogórek. (15g) zielona herbata (150ml)	1, 7	Zupa ziemniaczana z pomidorami (250ml), kotlet z jaja ze szczypiorkiem (80 g) ziemniaki (150 g) surówka z marchewki i jabłka z chrzanem i jogurtem (100g) fasolka z wody (70g) napar owocowy (150ml)	1,3, 7,9	Bułka wielozziarnista (35g) z masłem (6g) z twarożkiem waniliowym (25g), banan, kiwi (100g) kakao (150ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: owoce (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)					
Wtorek 7.11.2017					
Kasza manna na mleku(200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), kiełbasa żywiecka (15g), rzodkiewka (20g), por (4g) herbata z malinami (150ml)	1,7	Zupa jarzynowa (250ml), gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (120 g) kasza gryczana biała (80g) buraczki zasmażane (80g) listek cykorii (4g) kompot (150ml)	1,3, 7,9	Budyń waniliowy własnej roboty (150 ml), biszkopty (40g), winogrona, gruszka (100g), rumianek (150ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Actimel (100 g) sok świeżo wyciskany (130ml)					
Środa		8.11.2017		Europejski Dzień Zdrowego Jedzenia i Gotowania	
Ryż na mleku(200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), połudwica sopocka (15g), papryka (25g), sałata (4g), mięta (150ml)	1,7	Zupa – krem z zielonej soczewicy (250ml), sznycelki z indyka z warzywami (120g), kasza kuskus (80g), surówka z kiszzonego ogórka z cebulką (100g), napar owocowy (150ml)	1,9	Bułka wielozziarnista (35g) z masłem (6g) miód (15g), ananas (100g) herbata (150ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: koktajl na bazie jogurtu naturalnego z truskawkami i bananem (130 ml) sok świeżo wyciskany (130ml)					
Czwartek 9.11.2017					
Płatki owsiane na mleku(200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), szynka wiejska(15g), pomidor(30g), szczypiorek (4g), herbata owocowa (150ml)	1,7	Zupa kapuśniaczek (250ml), ryba smażona (80g) frytki z pieca (120g) surówka z selera, jabłka i marchewki z majonezem (100g) mini marchewka (70g) kompot (150ml)	1,3, 4 7,9	Chałka (35g) z masłem (6g) śliwka, mango (100g) mleko (150 ml)	1,3, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: owoce (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)	7				
Piątek 10.11.2017					
Szwedzki stół (pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty/wędlina (25g) papryka/ogórek/pomidor, cykorii (40g), herbata owocowa/kawa Inka (150ml)	1,7	Barszcz czerwony (250ml), krokiety serowo – ziemniaczane (120g) z polewą śmietanowo – jogurtową (30g) arbuz (100g), napar owocowy (150ml)	1,7, 9	Jagodzianka z bitą śmietaną (100g), banan, gruszka (100g), herbata owocowa (150ml)	1,3 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: owoce (100g)! sok świeżo wyciskany (130ml)	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 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