

Poniedziałek		12.02.2018			
Śniadanie I i II	Alergeny	Obiad	Alergeny	Podwieczorek I i II	Alergeny
Płatki kukurydziane na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g) połudwica z drobiu (15g) pomidor (15g), por (4g) herbata owocowa (150ml)	1, 7	Zupa grochowa (250ml), makaron (80g) z serem (60 g) polewa truskawkowa (50g) kompot (150ml)	1,7, 9	Buteczka (50g) z masłem (6g) jajko (30g) szczypiorek (4g) ciemne winogrona (100g) herbatka lipowa (150ml)	1,3 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: owoce (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)					
Wtorek		13.02.2018			
Płatki ryżowe na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), szynka (15g), rzodkiewka (20 g), sałata (4g), herbata z czystką (150ml)	1,7	Zupa – krem z marchewki (250ml), sznycelki wieprzowe z cebulką (80g), ziemniaki (150g) sałata z rzodkiewką i sosem jogurtowo – śmietanowym (100g), brokuł z wody (70g) napar owocowy (150ml)	1,3, 7,9,	Parówki z szynki na gorąco (50g) buteczka alpejska z ziarnami (50g) z masłem (6g) musztarda, keczup (10g) kiwi, melon (100g) herbatka (150ml)	1,3, 7, 10
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Actimel (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)					
Środa		14.02.2018			
Zacierki na mleku (200ml) pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), pasztet dziadunia (25g), papryka (20g), szczypiorek (4g), herbatka owocowa (150ml)	1,3 7	Kasza manna na rosole (250ml), kotlet z jają (80g) ziemniaki (150g) surówka z marchwi i jabłka z chrzanem (100g) fasolka z wody (70`g) 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: owoce (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)					
Czwartek		15.02.2018			
Ryż na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), schab pieczony (15g), pomidor (20g), por (4g) mięta (150ml)	1,7	Barszcz ukraiński (250ml), indyk duszony w sosie własnym (80g), kaszotto z warzywami (kasza pęczak i duszone warzywa) (150 g) roszpunka (5g) napar owocowy (150ml)	1,3 7,9	Ciemne pieczywo (50g) z masłem (6g) kiełbasa krakowska (15g), pomidor (20g), melon (100g) herbatka (150ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: jogurt naturalny z owocami i granola własnej produkcji sok świeżo wyciskany (130ml)					
Piątek		16.02.2018			
Szwedzki stół (pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty/wędlna (25g) papryka/ogórek/pomidor/cykoria (40g), herbata /kakao (150ml)	1,7	Zupa – krem z pieczarek z groszkiem ptysiowym (250ml), ryba smażona w panierce (80g), ziemniaki (150g) surówka z czerwonej kapusty (100g) napar owocowy(150ml)	1,3, 4,7, 9	Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem (120g), polewa śmietanowa (30g) pomarańcze (100g) herbata owocowa (150ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: kolorowe warzywa (100g) z dipem majonezowym (30g) sok świeżo wyciskany (130ml)					

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**