

Poniedziałek 14.05.2018					
Śniadanie I i II	<i>Alergeny</i>	Obiad	<i>Alergeny</i>	Podwieczorek I i II	<i>Alergeny</i>
Kasza manna na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g) szynka drobiowa (15g), ogórek (150 g), por (15 g) herbata lipowa (150ml)	1,7	Botwinka z jajkiem (250ml), ryż (80g) zapekany z jabłkiem(50 g), biały ser (60g) polewa śmietanowa z cynamonem (30g) kompot (150ml)	1,3 7,9,	Kiełbaski z szynki na gorąco (45 g) grahamka (50g) z masłem (6g), keczup, musztarda (4g) ogórek (100g) mus Tymbark z jogurtem (100g) herbata (150ml),	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: owoce (100g) sok świeżo tłoczony (130ml)					
Wtorek 15.05.2018					
Płatki kukurydziane na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g) połudwica sopocka (15g), rzodkiewka (20 g), sałata (5 g) herbata owocowa (150ml)	1,7	Zupa jarzynowa (250ml), schab pieczony (60g), sos majerankowy (30ml) pomidor z cebulką (100g), liście szpinaku (6g) kasza kuskus (80g), kompot (150ml)	1,7 9,	Bułka wielozbożowa (35g) z masłem (6g) pasta rybno – jajeczna ze szczypiorkiem (30g), papryka (15g) mus owocowo – jogurtowy DayUp (120g), mięta (150ml)	1,3, 4,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Actimel(100g)	7				
Środa 16.05.2018					
Płatki owsiane na mleku(200ml) z orzechami, suszonymi owocami i nasionami chia (10g) pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), żółty ser (20g), pomidor (20g), sałata (4g), herbatka z czystkiem (150ml)	1,7, 8, 12	Rosół z makaronem (250ml), budyń mięsny (60g), w sosie chrzanowym (30 ml) ziemniaki (150g) surówka z kiszonej kapusty z pestkami dyni (100g), mini marchewki gotowane na parze (50g) napar (150ml)	1, 9	Ciasto drożdżowe własnego wypieku (100g), mandarynka (80g) soczek owocowy (200 ml),	1,3, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: koktajl jogurtowy z bananem i truskawkami (130ml)	1,3, 7				
Czwartek 17.05.2018					
Zacierki na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g) jajko (25g), papryka (20 g), cykorcia (5 g) zielona herbata (150ml)	1,3 7	Zupa koperkowa(250ml), gulasz drobiowy z żółtymi warzywami (120g) makaron pełne ziarno (80g), mix kolorowych sałat z dresingiem jogurtowo - czosnkowym (80g) kompot (150ml)	1,7 9,	Tortille (pełne ziarno) z zapiekane z serem, szynką, papryką i kukurydzą (100g) sos czosnkowy (15g) banan (100g) mięta z cytryną (150ml)	1,3, 7, 10
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: owoce (100g) sok owocowy (130ml)					
Piątek 18.05.2018					
Szwedzki stół (pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty/wędlna (25g) papryka/ogórek/pomidor/cykorcia (40g), herbata owocowa /kakao (150ml)	1,7	Zupa pomidorowa z makaronem „łezki” (250ml), paluszki rybne własnego wyrobu (60g), surówka wielowarzywna (100g), papryka (30g) ziemniaki (150g) kompot (150ml)	1,3, 4,7, 9,	Kajzerka pszenno - żytnia (35g) z masłem (6g) kiełbasa żywiecka (15g), rzodkiewka (15g) mus owocowy Tymbark (120g), herbatka z malinami (150ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: jogurt naturalny (130 g) z owocami i granolą własnej produkcji (50g) sok świeżo wyciskany (130ml)	1,7, 8, 12				

Alergeny

Podane w jadalospisie liczby oznaczają wymienione niżej alergeny

*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