

Poniedziałek		28.05.2018			
Śniadanie I i II	<i>Aler- geny</i>	Obiad	<i>Aler- geny</i>	Podwieczorek I i II	<i>Aler- geny</i>
Kasza kukurydziana na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g) szynka z pieca (15g) ogórek (15 g) papryka (10g), herbata owocowa (150ml)	1, 7	Zupa solferino(250ml), spaghetti pełne ziarno (80g) z sosem mięsno – warzywnym (120g) surówka z ogórka kiszzonego z cebulką (100g) napar owocowy (150ml)	1,3, 7,9	Grahamka (50g) z masłem (6g) twarożek (20g) z rzodkiewką i szczypiorkiem (15g) banan (100g) rumianek (150ml)	1, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Actimel (100g)					
Wtorek		29.05.2018			
Płatki ryżowe na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), kiełbasa żywiecka (15 g), pomidor (20 g), cykorcia (5g), herbata (150ml)	1,7,	Zupa pomidorowa z ryżem (250ml), kotlet z piersi indyka (60g), ziemniaki (150g), buraczki zasmażane (100g) krążki zielonek i żółtej papryki (30g) kompot (150ml)	1,3 7,9,	Pasta z wędzonej makreli (30g), ogórek kiszony (20g), bułka wielozbożowa (35g) z masłem (6g), DayUp owocowo – jogurtowy (100g) herbata z miodem i cytryną (150ml)	1,3, 4,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: jogurt naturalny z owocami i granola własnej produkcji (120g) sok świeżo wyciskany (130ml)	7				
Środa		30.05.2018			
Lane kluski na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), połędwica drobiowa (15 g), rzodkiewka (15 g), rukola (4g), herbata malinowa (150ml)	1,7,	Zupa koperkowa (250ml), klopsiki w sosie pieczarkowym (100g), kasza jęczmienna (80g), ogórek z koperkiem (100g) kompot(150ml)	1,3 7,9	Bułka (35g) z masłem (6g) miód (20g) winogrona (15g) serek Bakuś (100g) herbata (150ml)	1, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: kolorowe warzywa (100g), dip czosnkowy (30g), sok świeżo wyciskany (130ml)	1,3, 7				
Czwartek		31.05.2018			
Piątek		1.06.2018			
Szwedzki stół (pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty/wędlina (25g) papryka/ogórek/pomidor/cykorcia (40g), herbata /kakao (150ml)	1,7	Zupa kalafiorowa (250ml), makaron (80g), z serem (60g), polewa śmietankowa (30ml) surówka z jabłka i marchewki (100g) kompot (150ml)	1,7	Kisiel z owoców mieszanych własnej roboty (150ml), drożdżówka z serem (100g), owoce/mus owocowy (100g), rumianek (150ml)	1,3 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: owoce (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)	1,3, 7				

Alergeny

Podane w jadtospisie 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. **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