

Poniedziałek		5.03.2018			
Śniadanie I i II	Alergeny	Obiad	Alergeny	Podwieczorek I i II	Alergeny
Ryż na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), połudwica z drobiu (15g) ogórek świeży (15g) rzodkiewka (10g), herbata owocowa (150ml)	1, 7	Zupa solferino (250ml), risotto z piersi kurczaka, z pomidorami i papryką (200g) surówka z ogórka kiszzonego z cebulką (100g) napar owocowy (150ml)	1,3, 7,9	Placuszki z cukinii z pieca (150g), kiwi, gruszka (100g) herbatka miętowa (150ml)	1,3,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: owoce (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)	1,3,7				
Wtorek		6.03.2018			
Płatki ryżowe na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty (20g), rzodkiewka (15g), sałata (4g) herbata z malinami (150ml)	1,7	Zupa – krem z brokułów (250ml), makaron z serem (150g), polewa truskawkowa (35g) kompot (150ml)	1,3, 7,9	Kanapka na ciemnym pieczywie (35g) z masłem (6g) i szynką (15g), papryka (20g), pomarańcze (100g) herbata owocowa (150ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: jogurt marchewkowo – owocowy Vitaminka (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)	7				
Środa		7.03.2018			
Płatki owsiane na mleku(200ml), suszone owoce i orzechy (5g) pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), kiełbasa żywiecka (15g) papryka (20g), rukola (4g), herbata owocowa (150ml)	1,7, 8	Zupa pomidorowa makaronem „łezki” (250ml), bitki cielęce w sosie własnym (100g) , kasza gryczana (80g) surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, ogórka i papryki (100g) kompot (150ml)	1,7 9	Tortille (pełne ziarno) z zapiekane z serem, szynką, papryką i kukurydzą (60g) sos czosnkowy (15g) melon (100g) mięta z cytryną (150ml)	1,3,7 , 10
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: kolorowe warzywa (100g), sos czosnkowy (30g), sok świeżo wyciskany (130ml)	1,3, 7				
Czwartek		8.03.2018			
Makaron na mleku(200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), kiełbasa krakowska (15g), pomidor (25g), cykorja (4g), herbata z miodem (150ml)	1,7	Zupa neapolitańska (250ml), ryba pieczona w ziołach (60g) surówka z mieszanych jarzyn z majonezem (100g) brukselka z wody (70g) kompot (150ml)	1,4 7,9	Jagodzianka z bitą śmietaną (100g), banan, gruszka (100g), herbata owocowa (150ml)	1,3,7
Chcemy być zdrowi, Actimel (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)	7				
Piątek		9.03.2018			
Szwedzki stół (pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty/wędlina (25g) papryka/ogórek/pomidor, cykorja (40g), herbata owocowa/kakao (150ml)	1,7	Barszcz ukraiński (250ml), pierzochy leniwe z bułeczką i masłem (150g) melon (100g) kompot (150ml)	1,3 7,9	Pasta z suszonych pomidorów , ciecierzycy i pieczonej papryki (30g) ogórek kiszony (15g) grahamka (50g) z masłem (6g) mandarynka (100g), herbata (150ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: owoce (100g)! sok świeżo wyciskany (130ml)					

Alergeny

Podane w jałłospisie 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