

Poniedziałek		9.10.2017			
Śniadanie I i II	<i>Aler- geny</i>	Obiad	<i>Aler- geny</i>	Podwieczorek I i II	<i>Aler- geny</i>
Ryż na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), szynka gotowana (15g), pomidor(30g), szczypiorek (2g), zielona herbata (150ml)	1, 7	Zupa koperkowa (250ml), naleśniki z serem (150g), polewa owocowo – śmietanowa (50g), kompot(150ml)	1,3, 7,9	Grahamka (50g) z masłem (6g), kiełbasa żywiecka(15g), rzodkiewka (20g), nektarynka (100g), herbata(150ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: jogurt naturalny/serek naturalny/ owoce (100g)! sok świeżo wyciskany (130ml)	7				
Wtorek		10.10.2017			
Kasza jagłana na mleku z suszonymi owocami i orzechami(200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), pasztet dziadunia(25g), ogórek świeży(30g), cykorcia (4g), herbatka miętowa(150ml)	1,7, 8, 12	Zupa neapolitanka(250ml), pieczeń rzymska (80g), buraczki zasmażane (70g), listek sałaty (4g), ziemniaki(150g), kompot(150ml)	1,3, 7,9	Kajzerka (50g) z masłem (6g), twarożek waniliowy (20g), gruszka, śliwka (100g) mleko(150ml),	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Actimel(100g) /serek naturalny/owoce! sok świeżo wyciskany (130ml)	7				
Środa		11.10.2017			
Płatki owsiane na mleku(200ml) pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), kiełbasa szynkowa(15g), rzodkiewka (20g), sałata (4g), herbata owocowa(150ml)	1,7	Zupa – krem z zielonego groszku(250ml), roladki wieprzowe pieczone w sosie własnym (80g), ryż brązowy (80g), pomidor z cebulką (100g), listek cykorii (4g), napar owocowy (150ml)	1,9	Ciasto drożdżowe własnego wypieku (100g), maliny, borówka amerykańska (80g) kakao(150ml),	1,3,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: jogurt naturalny/serek naturalny/ owoce (100g)! sok świeżo wyciskany (130ml)					
Czwartek		12.10.2017			
Makaron na mleku(200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty(20g), papryka (30g), cykorcia (4g), herbata rumiankowa (150ml)	1,7	Krupnik(250ml), indyk duszony w warzywach(120g), fasolka szparagowa (50g), mini marchewki (50g), ziemniaki(150g), napar owocowy(150ml)	1, 9	Kasza manna na mleku (130g), polewa truskawkowa (30g), biszkopty (30g), banan, winogrona (100g) herbata(150ml),	1,3,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: jogurt naturalny/serek naturalny/ owoce(100g)! sok świeżo wyciskany (130ml)					
Piątek		13.10.2017			
Szwedzki stół (pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty/wędlina (25g) papryka/ogórek/pomidor, cykorcia (40g), herbata owocowa/kawa Inka (150ml)	1,7	Barszcz ukraiński(250ml) ryba pieczona w ziołach (60g) z sosem śmietanowo – jogurtowym (30g), surówka z selera, marchewki i jabłka z majonezem (100g), kompot(150ml)	1,3, 4,7, 9	Kiełbaski z szynki (40g), musztarda, keczup (5g), bułka wielozłaznista (35g) z masłem (6g), ananas, kiwi(120g), herbata(150ml)	1,7, 10
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: koktajl jogurtowy z bananami i truskawkami (150g) /serek naturalny/owoce!, sok świeżo wyciskany (130ml)	7				

Alergeny

Podane w jadalospisie 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