

Poniedziałek		8.10.2018			
Śniadanie I i II	Alergeny	Obiad	Alergeny	Podwieczorek I i II	Alergeny
Ryż na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g) szynka (15g) papryka (10 g), cykorია (5g), herbata (150ml)	1, 7	Zupa koperkowa (250ml), naleśniki z serem (120g) polewa truskawkowa (100g), kompot (150ml)	1,3 7,9	Bułka z ziarnami (35g) z masłem (6g), szynka drobiowa (15g) pomidor (15g) nektarynki (100g), melisa(150ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: kolorowe warzywa (100g), sos tysiąca wysp (30g), sok świeżo wyciskany (130ml)	1,3, 7				
Wtorek		9.10.2018			
Płatki kukurydziane na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), jajko (25 g), pomidor (15 g), sałata (4g), herbata zielona z miętą (150ml)	1,7,	Żurek (250ml), pieczeń rzymska (60g) kaszotto (80g) z warzywami (40g), marchewka mini (60g) rukola (4g), kompot (150ml)	1,3, 7,9	Kajzerka (35g) z masłem (6g), twarożkiem (20g) i dżemem (15g) banan (100g), mięta (150ml)	1,3 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: owoce (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)					
Środa		10.10.2018			
Płatki ryżowe na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), pasztet (20 g), ogórek (15 g), szczypiorek (4g), rumianek (150ml)	1,3 7,	Zupa brukselkowa (250ml), gulasz wołowy (80g), kopytka (80g) pomidor z cebulką (40g), woda miodem i pomarańczami (150ml)	1,3, 7,9	Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem (120g), ciemne winogrona (100g) polewa śmietanowa (30g), herbata lipowa (150ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: koktajl z owoców sezonowych (150g)	7				
Czwartek		11.10.2018			
Makaron na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), żółty ser (20g), papryka (15 g), rukola (5g) herbata owocowa (150ml)	1,7,	Zupa – krem z białych warzyw (250ml), kotlet z indyka (60g), kasza bulgur (80g) surówka z sałaty lodowej, ogórka i papryki (100g), roszponka (6g) kompot (150ml)	1,3, 7,9	Sałatka makaronu „łezki” z ogórkiem szynką i koperkiem (100g) grahamka (50g) z masłem (6g) pomarańcze (100g) herbata (150ml)	1,7, 10
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Actimel (100ml)	7				
Piątek DEN 10.30		12.10.2018			
Szwedzki stół (pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty/wędlna (25g) papryka/ogórek/pomidor/cykorია (40g), herbata /kawa Inka(150ml)	1,7	Zupa neapolitanka (250ml), ryba pieczona (60g), bukiet jarzyn gotowanych na parze (100g) ziemniaki (150g) kompot(150ml)	1,4 7, 9,	Szarlotka własnego wypieku (100g) kiwi, gruszka (100g), mleko (150ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: owoce (100g) 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. **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