

Poniedziałek 18.09.2017					
śniadanie	<i>Alergeny</i>	obiad	<i>Alergeny</i>	podwieczorek	<i>Alergeny</i>
Płatki kukurydziane na mleku, pieczywo mieszane z masłem, szynka wiejska, ogórek kiszony, por, herbata rooiboos	1, 7	Zupa solferino, kluski z serem, polewa śmietanowa, surówka z marchwi i jabłka, kompot	1,3,7, 9	Sałatka z brokułów z jajkiem i ogórkiem małosolnym, bułka wielozbożowa z masłem, gruszka	1,3,6, 7,8, 10,11
II śniadanie	7				
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: jogurt naturalny/serek naturalny/ owoce! / sok owocowy					
Wtorek 19.09.2017					
śniadanie		obiad	<i>Alergeny</i>	podwieczorek	<i>Alergeny</i>
Kasza manna na mleku, pieczywo mieszane z masłem, pasztet Dziadunia, pomidor, sałata, zielona herbata	1,3,7	Zupa kalafiorowa, udko pieczone, surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i świeżym ogórkiem, mini marchewki, ziemniaki, napar owocowy	1,3,7, 9	Twarożek waniliowy, bułka z masłem, mleko, nektarynka	1,7
II śniadanie	7				
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: jogurt marchewkowo – owocowy Vitaminka /serek naturalny/ owoce! / sok owocowy					
Środa 20.09.2017 Ogólnopolski Dzień Przedszkolaka					
śniadanie	<i>Alergeny</i>	obiad	<i>Alergeny</i>	podwieczorek	<i>Alergeny</i>
Ryż na mleku, pieczywo mieszane z masłem, krakowska z drobiu, rzodkiewka, cykoria, herbata owocowa	1,7	Zupa porowa, spaghetti pełnoziarniste z sosem mięsno – warzywnym, surówka z ogórka kiszzonego z cebulką, kompot	1, 9	Pizza własnego wyrobu z mąki mieszanej z warzywami, szynką i ananasem, herbata, melon	1,3,7
II śniadanie	7				
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: jogurt naturalny/serek naturalny/ owoce! / sok owocowy					
Czwartek 21.09.2017					
śniadanie	<i>Alergeny</i>	obiad	<i>Alergeny</i>	podwieczorek	<i>Alergeny</i>
Płatki owsiane na mleku, pieczywo mieszane z masłem, ser żółty, papryka, szczypiorek, herbata rumiankowa	1,7	Zupa zacierkowa, ryba smażona w panierce, surówka z białej kapusty, brokuł z wody, ziemniaki, napar owocowy	1,3,4, 7,9	Kanapki z ciemnym pieczywem, wędliną i pomidorkiem, winogrona, herbata	1,3, 5,7, 8,11
II śniadanie	7				
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: koktajl jogurtowy z owocami /serek naturalny/ owoce! / sok owocowy					
Piątek 22.09.2017					
śniadanie	<i>Alergeny</i>	obiad	<i>Alergeny</i>	podwieczorek	<i>Alergeny</i>
Szwedzki stół (pieczywo mieszane z masłem, ser żółty/wędlina, papryka/ogórek/pomidor, cykoria), herbata owocowa/kakao	1,7	Barszcz ukraiński, pierożki leniwe z bułeczką i masełkiem, arbuz, kompot	1,3,7, 9	Kisiel owocowy własnego wyrobu, bułeczka z budyniem, śliwka	1,3,7
II śniadanie	7				
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: jogurt naturalny z polewą owocową/serek naturalny/ owoce! / sok owocowy					

Alergeny

Podane w jadłospisie 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. 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

Gramatura posiłków:

Śniadanie:

Zupa mleczna 200 g
Pieczywo 35 g
Masło 6 g
Wędlina/ser żółty 15 g
Pomidor, ogórek 30 g
Papryka, rzodkiewka, 20 g
Napój 150 g

II śniadanie:

Owoce 80 – 100 g
Warzywa 20-30 g
Orzechy, ziarenka 5 g
Sok świeży 130 g

Obiad:

Zupa 250-300 g
Kotlet mielony, schabowy, z piersi kurczaka 65 g.
Klops 60 g
Udka kurczaka – 85 g
Mięso duszone bez panierki 55 g
Gulasz, mięso razem z sosem 100 - 120 g
Ziemniaki 150 g
Ryż, kasza, makaron 80 -100 g
Surówka 100 g
Mizeria 120 g
Warzywa gotowane z wody 70 g
Dodatek warzywa (pasek papryki, krążek marchewki) – 30 g

Podwieczorek:

Pieczywo – 25 g.
Masło – 4 g
Wędlina – 15 g
Pomidor, ogórek, papryka, rzodkiewka, 20 g
Ciastko, biszkopt – 40 g
Ciasto – 100 g
Owoce – 50 g
Sałatka – 70 g
Placki ziemniaczane, racuchy – 100 g
Budyń, kisiel – 120 g