

Poniedziałek		17.09.2018			
Śniadanie I i II	Aler- geny	Obiad	Aler- geny	Podwieczorek I i II	Aler- geny
Płatki kukurydziane na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g) kiełbasa żywiecka (20 g), pomidor (15 g), szczypiorek (4g), zielona herbata (150ml)	1, 7	Zupa ogórkowa(250ml), makaron (80g) z serem białym (60g), polewa śmietanowa (30ml), arbuz (100g) lemoniada (150ml)	1, 7,9	Chałka (40g) z masłem (6g) banan (100g), kawa zbożowa (150ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: owoce sezonowe (100g), sok świeżo wyciskany (130ml)					
Wtorek		18.09.2018			
Kasza manna na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty (20g) papryka (15 g), por (4g), herbata lipowa (150ml)	1,7,	Zupa koperkowa (250ml), sznycelki z indyka z warzywami (60g) kasza kuskus (80g) surówka z kiszzonego ogórka z cebulką (100g), kompot (150ml)	1,3, 9	Bułeczka z otrębami (35g) z masłem (6g), twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (25g) mus owocowy (100g) mleko (150ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: koktajl do picia z jogurtu i owoców	7				
Środa		19.09.2018			
Owsianka z orzechami i suszonym owocami na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), schab pieczony (25 g), ogórek (15 g), cykorja (4g), herbata z czarnej porzeczki (150ml)	1,7, 8, 12	Zupa jarzynowa (250ml), połędwiczkę wieprzowe (60g) w sosie własnym (30g) biała kasza gryczana (80g), pomidor z cebulką (100g) kompot (150ml)	1,9	Leczo warzywne z kiełbaską (100g) kajzerka (50g) z masłem (6g) świeży melon/ /mus owocowy (100g) herbata z miodem (200ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: kolorowe warzywa (100g), sos tysiąca wysp (30g), sok świeżo wyciskany (130ml)	1,3, 7				
Czwartek		20.09.2018		Ogólnopolski Dzień Przedszkolaka	
Makaron na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), szynka (15g), papryka (15 g), sałata (5g) rumianek (150ml)	1,7,	Zupa grochowa(250ml), ryba z pieca z ziołami (60g), sos serowy (30g) ziemniaki (150g) warzywa gotowane na parze (70g), rukola (5g) woda z miodem i cytryną (150ml)	1,3, 4,7, 9	Mini pizza z mąki mieszanej z szynką, ananasem, kukurydzą, papryką i żółtym serem (120g), keczup (20g) gruszka (100g) sok owocowy (200ml)	1,3, 7, 10
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Actimel (100g)	7				
Piątek		21.09.2018			
Szwedzki stół (pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty/wędlna (25g) papryka/ogórek/pomidor/cykorja (40g), herbata /kakao (150ml)	1,7	Barszcz ukraiński (250ml), risotto z kurczakiem i pomidorami (150g) ryż ciemny (80g), ogórek świeży z koperkiem (100g) kompot(150ml)	1,3, 7,9,	Bułeczka maślana (50g) z masłem (6g) mus DayUp owocowo - jogurtowo - zbożowy (100g), herbatka z czystka (150ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: owoce sezonowe (100g), sok świeżo wyciskany (130ml)					

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. **Gorzyczka 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