



Poniedziałek						1.02.2021					
Śniadanie I i II		Aler- geny	Obiad		Aler- geny	Podwieczorek		Aler- geny			
Zacierki na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g) szynka (15 g) papryka (15 g), szczypiorek (5g), herbata z cytryną (150ml)		1,3 7	Zupa pomidorowa makaronem (250ml), kotleciki z piersi kurczaka (60g) fasolka szparagowa (80g) rzodkiewka (20g), ziemniaki (120g) kompot (150ml)		1,3 7,9	Bułka z ziarnami (35g) z masłem (6g), ser żółty (15g), sałata (10g) gruszka (40g) herbatka lipowa (150ml)		1,7			
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>koktajl z maślanek z owocami (150ml)</b>		7									
Wtorek						2.02.2021					
Ryż na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), jajko (25 g), pomidor (10g), cykoria (10g) herbata malinowa (150ml)		1,3 7,	Zupa brukselkowa (250ml), gulasz cielęcy (60g), marchewka z groszkiem (70g), ogórek świeży (30g), kasza gryczana (80g) kompot (150ml)		1, 7,9	Racuszki drożdżowe z jabłkiem (100g), mus owocowy (90g) mleko (150ml)		1,3 7			
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>kolorowe warzywa (100g), sos jogurtowy z ziołami (30g), sok świeżo wyciskany (130ml)</b>		3,7									
Środa						3.02.2021					
Płatki owsiane na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), wędlna drobiowa (20 g), ogórek (15 g), szczypiorek (5g), mięta (150ml)		1,7,	Zupa grochowa (250ml), krokiety serowo - ziemniaczane (150g), surówka z marchewki i jabłka (100g) kompot (150ml)		1,3, 7,9	Frankfurterki (45g), keczup, musztarda (15g), ciemne pieczywo (35g) z masłem (6g) mandarynka (40g) herbata owocowa (150ml)		1,3, 7,1 0			
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>owoce (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)</b> <b>Bal karnawałowy dla grup I, II i III: poczęstunek (pączki, faworki, sok)</b>		1,3, 7									
Czwartek						4.02.2021					
Lane kluski na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), kiełbasa krakowska (15g) pomidor (10 g), rzodkiewka (10g), zielona herbata (150ml)		1,3 7,	Zupa koperkowa (250ml) ryba z pieca (120g), sos śmietanowy (30g) kalafior gotowany na parze (80g), papryka (20g) ryż brązowy (80g) kompot (150ml)		1,3, 4 7,9	Twarożek ze szczypiorkiem (25g) bułka zbożowa (35g) z masłem (6g) winogrona (50g), rumianek (150ml)		1,7			
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>Actimel (100g)</b> <b>Bal karnawałowy dla grup IV, V i VI: poczęstunek (pączki, faworki, sok)</b>		1,3 7									
Piątek						5.02.2021					
Kolorowe kanapki (pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty/wędlna (25g) papryka/ogórek/pomidor/cykoria (20g), herbata /kakao (150ml)		1,7	Zupa – krem z brokułów z groszkiem ptysiowym (250ml), makaron spaghetti (80g), sos mięsno (60g) warzywny (40g) sałata z sosem vinegrette i pomidorkami koktajlowymi (60g) woda z miętą i cytryną (150ml)		1,3, 7, 9, 10	Zapiekanka na kajzerce z żółtym serem, szynką i papryką (100g), keczup (20g) kiwi (50g) herbata (150ml)		1, 7,			
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: <b>deser jogurtowo zbożowy wyciskany (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)</b>		1, 7									

## 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 SO<sub>2</sub> 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**