

Poniedziałek						6.09.2021					
Śniadanie I i II		Aler- geny	Obiad		Aler- geny	Podwieczorek I i II		Aler- geny			
Zacierki na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g) kiełbasa krakowska (15g) pomidor (15 g), szczypiorek (4g), zielona herbata (150ml)		1, 7	Zupa koperkowa (250ml), makaron (80g) z serem (60g), polewa jogurtowo – śmietanowa (30g)		1,3 7,9	Pasta z ciecierzycy i pieczonej papryki (30g) ogórek kiszony z cebulką (15g) grahamka (50g) z masłem (6g) banan (100g) rumianek (150ml)		1,7			
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: kolorowe warzywa (70g) sok owocowy świeży (130ml)			kolorowa kostka z melona i arbuza (100g) kompot (150ml)								
Wtorek						7.09.2021					
Płatki ryżowe na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), pasztet z formy (20 g), papryka (15 g), por (4g), herbata z miodem (150ml)		1,3, 7,	Zupa neapolitanka (250ml), pieczeń rzymska (60g) buraczki zasmażane (90 g), sałata (10g), ziemniaki (150g)		1,3, 7,9	Bułka (35g), z masłem (6g), twarożek (15g), konfitura wiśniowa (10g) gruszka (100g) herbata owocowa (150ml)		1,7			
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: owoce sezonowe (100g) Sok świeży owocowo warzywny (jabłko, jarmuż, seler) (130ml)		9	woda z pomarańczą (150ml)								
Środa						8.09.2021					
Lane kluski na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), jajko (25 g), pomidor (15 g), roszponka (4g), melisa (150ml)		1,3, 7	Zupa brokułowa (250ml), kolorowy kociótek (mięso wieprzowe, papryka, cukinii, pieczarki (120g) makaron penne (pełne ziarno) (80g) ogórek świeży (40g), kompot (150ml)		1,7, 9	Tosty na ciemnym pieczywie z szynką i warzywami (100g) mus owocowy (90g), herbata miętowa (150ml)		1,7			
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: koktajl z maślanek z truskawkami i borówką amerykańską (150ml)		7									
Czwartek						9.09.2021					
Kasza manna na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), kiełbasa szynkowa (15g), pomidor (15 g), szczypiorek (5g) herbata porzeczkowa (150ml)		1,7,	Krupnik (250ml), pulpety z indyka ze szpinakiem (60g), sos pomidorowy (30g), fasolka szparagowa (80g) kasza kuskus (80g) lemoniada (150ml)		1,3 7,9	Budyń z prawdziwą wanilią własnego wyrobu z polewą truskawkową (150ml), castka zbożowe/wafle ryżowe (100g), jabłko (100g) herbata (150ml)		1,3, 7,			
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Actimel (100ml), słupki marchewki (100g)		7									
Piątek						10.09.2021					
Kolorowe kanapki (pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty/wędlina (25g) papryka/ogórek/pomidor/cykorcia (40g), kakao (150ml)		1,7	Zupa z czerwonej soczewicy (250ml), paluszki rybne (własny wyrób) (60g), surówka z kiszzonego ogórka z cebulką (100g), ziemniaki (120g) kompot (150ml)		1,3, 4,7, 9	Grahamka (35g) z masłem (6g), pieczona pierś kurczaka (15g), sałata lodowa (10g), brzoswinie/jabłko(10 0g) herbata malinowa (150ml)		1, 7			
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Listki „porcja zdrowia” (50g) sok owocowy świeży (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**