

Poniedziałek 22.11.2021					
Śniadanie I i II	Alergeny	Obiad	Alergeny	Podwieczorek I i II	Alergeny
Płatki owsiane na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g) ser żółty (20 g) pomidor (15 g), sałata (5g), mięta (150ml)	1, 7	Zupa solferino (250ml), kotlet z jaja ze szczypiorkiem (60g), ziemniaki (120g), mini marchewki (80g), listki szpinaku (20g) kompot (150ml)	1,3 7,9	Bułka (35g) z masłem (6g) kiełbasa krakowska (15g), rzodkiewka 15g) mus owocowy (90g), herbatka lipowa (150ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: owoce (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)					
Wtorek 23.11.2021					
Płatki kukurydziane na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), szynka (15 g), papryka (10 g), cykorია (5g), herbata z czarnej porzeczki (150ml)	1, 7,	Zupa ogórkowa (250ml), risotto z kurczakiem i warzywami (150g) fasolka szparagowa (80g) kompot (150ml)	1, 7,9	Galaretki owocowe (120g) z bitą śmietaną (30g) biszkopty/wafle kukurydziane (40g) jabłko (100g) herbata miętowa(150ml)	1,3, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: słupki marchewki (100g) Actimel (100ml)	7				
Środa 24.11.2021					
Ryż na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), połędwica drobiowa (15 g), pomidor (15 g), rukola (5g), herbata owocowa (150ml)	1,7,	Zupa kalafiorowa (250ml), pyzy z mięsem (wyrób własny) (150g) surówka wielowarzywna (100g) kompot (150ml)	1, 3,7, 9	Ciemne pieczywo (35g) z masłem (6g) twarożek z rzodkiewką (20g), (60g) winogrona (100g) herbata owocowa (150ml)	1,3, 47
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: mus jogurtowo – zbożowo owocowy (100g) sok jabłkowy z jarmużem i selerem (130ml)	1,7				
Czwartek 25.11.2021					
Makaron na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), kiełbaska żywiecka (20 g), żółta papryka (5 g), por (4g), rumianek (150ml)	1,7,	Zupa pomidorowa (250ml), klopsy (60g) w sosie koperkowym(20g) ziemniaki (120g) buraczki zasmażane (60g), ząbek ogórka (40g) kompot (150ml)	1,3 7,9	Chałka (40g) z masłem (6g) banan (100g), kakao (150ml)	1,3 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: kolorowe warzywa (100g), sos tysiąca wysp (30g), sok świeżo wyciskany (130ml)					
Piątek 26.11.2021					
Kolorowe kanapki (pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), wędlina (25g) papryka/ogórek/pomidor/cykorია (20g), herbata /kakao (150ml)	1,7	Zupa z czerwonej soczewicy (250ml), sznycle rybno – ziemniaczane z serem i szczypiorkiem (150g) surówka z marchewki z jabłkiem i chrzanem) (100g) kompot (150ml)	1,3, 4,7, 9	Tosty na ciemnym pieczywie z szynką, serem i warzywami (100g) gruszka (100g), herbata miętowa (150ml)	1, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: owoce (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)	1,3, 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 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