

Poniedziałek		12.12.2022			
Śniadanie I i II	Aler- geny	Obiad	Aler- geny	Podwieczorek	Aler- geny
Płatki ryżowe na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g) szynka wiejska (15 g) papryka (15 g), ogórek (4g), rumianek (150ml)	1, 7	Zupa pomidorowa z makaronem „łezki” (250ml), naleśniki z serem (120g) polewa truskawkowa (60g) kompot (150ml)	1,3, 7,9	Pasztet (15g) ogórek kiszony (15 g) kajzerka (50g) z masłem (6g), gruszka (80g) kawa Inka (150ml)	1, 3,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: orzechy i suszone owoce (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)	8,				
Wtorek		13.12.2022			
Makaron literki na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), jajko (25 g), pomidor (15 g), cykoria (5), herbata (150ml)	1, 3,7	Zupa brokułowa (250ml), schab pieczony (60g) sos pieczeniowy (30g) surówka z kapusty kiszonej z ziarnami słonecznika (100g), ziemniaki puree (120g) kompot (150ml)	1,3, 7,9	Ciasto drożdżowe z kruszonką (własny wyrób) mandarynka (80g) herbata porzeczkowa (150g)	1,3, 7,
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: mus jogurtowo – owocowy (120g),	1, 7				
Środa		14.12.2022		Spotkanie przy choince gr I, II, III	
Pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), szynka (15 g), ogórek (15 g), sałata (4g), kawa Inka (150ml)	1,7	Zupa krem z białych warzyw z nutą chrzanu (250ml), gulasz z łopatki z warzywami (120g) surówka Coleslaw (60g) kopytka (własny wyrób) (120g) woda z cytryną (150ml)	1,3 7,9	Jabłko pieczone z rodzynkami, cynamonem i miodem, (200g) słomka ptysiowa/wafle ryżowe (80g) herbata zielona (150ml)	1,3, 7,
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: słupki marchewki (40 g) Actimel (100g)	7				
Czwartek		15.12.2022			
Płatki owsiane na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty (15 g), rzodkiewka (15 g), cykoria (4g), herbata zielona (150ml)	1,7,	Zupa jarzynowa (250ml), Risotto (<i>ryż (80g), mięso z kurczaka (60g), warzywa 50g</i>), mini marchewki gotowane na parze (100g) masło (5g) kompot (150ml)	1, 3,7, 9	Frankfurterki na gorąco (45g) z keczupem i musztardą (20g), bułka zbożowa (50g) z masłem (6g) winogrona (100g) herbata (150ml)	1,3, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: banan (100g) sok świeżo wyciskany z jarmużem i selerem (130ml)					
Piątek		16.12.2022		Spotkanie przy choince gr IV, V, VI	
Kolorowe kanapki (pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty/wędlina (25g) papryka/ogórek/pomidor/cykoria (20g), herbata /kakao (150ml)	1,7	Zupa porowa (250ml), ryba pieczona w panierce (60g), surówka z kapusty pekińskiej (50g), buraczki zasmażane (50g) ziemniaki (120g) kompot (150ml)	1,3, 4,7, 9	Tosty na ciemnym pieczywie z szynką i warzywami (100g) mus owocowy (90g), herbata miętowa (150ml)	1,3 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: koktajl na maślanie z truskawkami i mango (130ml)	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