

Poniedziałek 11.09.2023					
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) ser żółty/szynka (15g) ogórek (15g), czerwona papryka (10g) mięta (150ml)	1, 7	Bulion z piersi kurczaka (250ml), Makaron (50g) z białym serem (70g) i musem jogurtowo-truskawkowym kompot jabłkowy (150ml)	1, 7, 9	Parówki z szynki (50g), keczup, musztarda (15g), ciemne pieczywo (35g) z masłem (6g) arbuz (50g) herbata malinowa (150ml)	1, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: kolorowe warzywa (marchewka, kalarepka, papryka, ogórek) (100g), sok świeżo wyciskany (130ml)					
Wtorek 12.09.2023					
Kluski lane na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty (15 g), rzodkiewka (10 g), pomidor (10g), herbata z melisy (150ml)	1,3, 7	Zupa grochowa (250ml), szynka duszona w sosie własnym (60g) brokuł gotowany na parze (80g), słupki papryki (20g), kasza gryczana (80g) kompot śliwkowy (150ml)	1, 7, 9	Jabłko pieczone z rodzynkami i miodem (100g), Wafle ryżowe naturalne (5g) Biała herbata (150ml)	7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: suszone owoce sok świeżo wyciskany (130ml)	8				
Środa 13.09.2023					
Kakao (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), szynka (15g), ogórek (15 g), cykoria (5g), herbata porzeczkowa (150ml)	1, 7	Zupa pomidorowa z ryżem (250ml), Knedle ze śliwkami (własny wyrób) z masłem i bułką tartą (160g) kompot truskawkowy (150ml)	1, 3, 7, 9	Schab pieczony (15g), pomidor (10g), szcypiorek (5g), grahamka (50g) z masłem (6g), borówki (5g) zielona herbata (150ml)	1, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: zielone smoothie ze szpinakiem na świeżym soku jabłkowym (130ml)					
Czwartek 14.09.2023					
Płatki orkiszowe na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), jajko (15 g), pomidor (15 g), szcypiorek (2g) herbata (150ml)	1, 3, 7	Zupa krem z marchewki z imbirem (250ml), Gołąbki w sosie pomidorowym (150g) ziemniaki (120g) kompot wieloowocowy (150ml)	1,7, 9,	Kasza manna na mleku (150ml) z polewą malinową (30g), nektarynki (60g), rumianek (150ml)	1, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: banan (100g) sok świeżo wyciskany (130ml)					
Piątek 15.09.2023					
Kolorowe kanapki (pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty/wędlna (25g) papryka/pomidor/cykoria (40g), kawa inka (150ml)	1,7	Zupa jarzynowa (250ml), Paluszki rybne (80g) Ziemniaki z koperkiem (120g) Mizeria z jogurtem greckim (100 g) kompot truskawkowy (150ml)	1, 3, 4, 7, 9	Mini kajzerka (50g) z masłem z pastą z czerwonej papryki i cieciorki z suszonymi pomidorami (6g) Herbata miętowa (150 ml) Jabłko (100g)	1, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Mus Bakuś (90g), andruty (2g)	1, 3				

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. **Gorczyca 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