

Poniedziałek25.03.2024					
Śniadanie I II	Aler-geny	Obiad	Aler-geny	Podwieczorek	Aler-geny
Płatki kukurydziane na mleku (200ml) Pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g) Polędwica z indyka (15 g) pomidor, sałata (15g) Herbata melisa (150ml)	1,7	Zupa z zielonej fasolki (250ml) Sznycelki z cebulą duszoną (150g) Ziemniaki (100g) Surówka z ogórka kiszzonego i papryki (50g) Kompot truskawkowy (130 ml)	7,9	Mini kajzerka (50g) Z twarogiem i malinami (50g) herbata malinowa Jabłko	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Sok świeżo wyciskany z jarmużem (130ml), przekąska truskawkowa bez cukru (15g)	7				
Wtorek26.03.2024					
Makaron na mleku (200ml) Pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), Frankfurterki (50g) ser żółty(15g) ketchup (5g) Herbata z cytryną (150ml)	1, 7	Zupa pomidorowa z makaronem (250 ml), Polędwiczki wieprzowe w sosie śmietanowo-pieczarkowym (120g), kasza kuskus (80g) Mix warzyw na parze (100g) Kompot z czarnej porzeczki (130 ml)	1, 7, 9	Ryż zapiekany z prażonymi jabłkami z cynamonem w polewie jogurtowo-waniliowej (100g)	7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Sok jabłkowo-marchewkowy (130ml) Suszone owoce (50g)					
Środa27.03.2024					
Kakao na mleku (200ml) Pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), ser żółty(15g) Jajko na twardo (63g) , pomidorki (15g) Żywicka (15g) Herbata (150ml)	1,7	Zupa Kapuśniak (250 ml) Zapiekanka makaronowa z kurczakiem i brokułami (200g) Kompot wiśniowy (130 ml)	1, 7, 9	Koktajl bananowo-truskawkowy (130ml) Bezcukrowe ciasteczka kakaowe (15g)	1, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Sok mandarynkowy (130ml) Serek waniliowy (80g) Chrupki bananowe (15g)					
Czwartek28.03.2024					
Kasza manna na mleku (200ml) Pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), Ser żółty (15g) Krakowska (15g), sałata(10g) herbata zielona(150ml)	1, 7	Zupa z czerwonej soczewicy (250 ml) Naleśniki czekoladowe z powidłami śliwkowymi polewą jogurtową i świeżymi borówkami (200g) Herbata zimowa (130 ml)	1,7, 9	Grahamka mini (80g) z pasta jajeczną z kiełkami (35g) Herbata owocowa 150 ml	1,3
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Bakuś mus owocowy (80g)					
Piątek29.03.2024					
Inka (200ml) Pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g) Ser żółty(15g), Pomidor (15g) rzodkiewka (10g) Herbata owocowa (150ml)	1,7	Zupa serowa z makaronem (300 ml) Ryba w panierce (150g), ziemniaki (100g) Surówka z kapusty kiszzonej (80g) Kompot wieloowocowy (130ml)	1,4, 7	Gruszka pieczona z miodem i orzechami (80g) Herbata rumiankowa 150ml	8
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Mix warzyw z sosem czosnkowym (120g)	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. **Gorzyczka 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**