

Poniedziałek07.07.2025					
Śniadanie I II	Aler- geny	Obiad	Aler- geny	Podwieczorek	Aler- geny
Makaron na mleku (200ml) Pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), Szynka z indyka (10g), sałata masłowa(10g) pomidor (10g) szczypiorek (5g) Herbata owocowa (150ml)	1,7	Zupa Jarzynowa (250ml) Kurczak w sosie curry (100g) brązowy ryż (100g) Ogórki małosolne (50g)	1,7, 9	Rogalik drożdżowy Jogurt pitny z brzoskwinia (130ml)	1,3, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: : Sok świeżo wyciskany ananasowy (130ml) , jabłko		Kompot z porzeczki czerwonej (130ml)			
Wtorek08.07.2025					
Płatki ryżowe na mleku (200ml) Pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), Szynka wiejska (10g), cykoria (10g) ogórek (10g) rzodkiewka (5g) Herbata z cytryną (150ml)	1,7	Zupa ogórkowa (250ml) Polędwiczki w sosie pieczarkowym (100g) Kasza orkiszowa (100g) Surówka z selera (50g)	1,7, 9	Kasza manna z malinami (250g) Melon	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: : Smoothie owocowe (130ml)	1,7	Kompot wiśni (130ml)			
Środa09.07.2025					
Inka na mleku (150 ml) Pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), Jajko na twardo (63 g), sałata masłowa (10g) Ser żółty (10g) szczypiorek (10g), (10g) Herbata malinowa (150ml)	1,3, 7	Zupa barszcz czerwony (250ml) Kluski leniwe z bułką tartą (200g) Sałatka z arbuza i melona (50g)	1,3, 7, 9	chleb żytni z masłem, szynka tradycyjna, sałata, pomidor, herbata owocowa (130ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Słupki marchewki i selera naciowego, actimel naturalny (80g)	7	Kompot wieloowocowy (130ml)			
Czwartek10.07.2025					
Płatki jęczmienne na mleku (150ml) Pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), Salami, sałata rzymska (10g) Ser żółty (10g) ogórek (10g) rzodkiewka (10g) Herbata biała (150ml)	1,7	Zupa Porowa (250ml) Kolorowy kociołek warzyw duszonych z mięsem wieprzowym (180g) Makaronem pełnoziarnistym (80g) Kompot z rabarbaru (130ml)	1,7, 9	Bułka grahamka z masłem, twarożek naturalny ze szczypiorkiem i rzodkiewką herbata zielona (130ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Sok świeżo wyciskany z jabłka i truskawki (130ml) , Banan					
Piątek11.07.2025					
Kakao na mleku (150ml) Pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), Cykoria (10g) Ser żółty (10g) Ogórek/kiełki rzodkiewki / szczypiorek (20g)	1,7	Zupa z soczewicy (250ml) Ryba pieczona w ziołach z sosem śmietanowo- ogórkowym (100g) Puree ziemniaczane z koperkiem (100g) Mini marchewka (50g)	1,4, 7,9	Kolorowe galaretki owocowe ze śmietanką (200g) Woda z cytryną i miętą (130ml)	7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: : koktajl mleczny z kefiru naturalnego z truskawką (130ml)	7	Kompot truskawkowy (130 ml)			

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**