

Poniedziałek 13.10.2025					
Śniadanie I II	Aler- geny	Obiad	Aler- geny	Podwieczorek	Aler- geny
Ryż na mleku z cynamonem (200ml) Pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), Szynka (10g), sałata masłowa (10g) pomidor (10g) rzodkiewka (10g) Herbata biała (150ml)	1,7	Zupa barszcz ukraiński (250ml) Spaghetti carbonara (250g) Kompot jabłkowy (130ml)	1,3, 7,9	Parówki drobiowe na ciepło, mini kajzerka z masłem (150g) Ketchup Herbata jaśminowa (130ml)	1,3, 7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: : wafle ryżowe z serkiem i malinami (100g)	1				
Wtorek 14.10.2025					
Zacierki na mleku (200ml) Pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), Ser żółty (10g), cykoria (10g) papryka (10g) ogórek świeży (10g) Herbata z miodem i cytryną (150ml)	1,7	Zupa krem z zielonego groszku (250ml) Chili con carne (150g) Z ryżem jaśminowym (100g) Kompot truskawkowy (130ml)	1,3, 7,9	Cynamonki (70g) Ciepłe mleko (130ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: : Marchewka i papryka w słupkach hummus klasyczny (100g)					
Środa 15.10.2025					
Kakao na mleku (150 ml) Pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), Pasta jajeczna (20g) , sałata (10g) Papryka(10g) szczypiorek (5gr) Herbata malinowa (150ml)	1,3, 7	Zupa ogórkowa (250ml) Kotlet schabowy (100g) Ziemniaki z koperkiem (100 g) Mizeria (50g) Kompot z owoców leśnych (130ml)	1,3, 7, 9	Tosty zapiekane z serem, szynką konserwową papryką i pomidorem (150g) Sos tysiąca wysp (10g)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty : Jogurt bananowy (130ml) Pałki kukurydziane (15g)	7				
Czwartek 16.10.2025					
Płatki jaglane na mleku (150ml) Pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), Polędwica sopocka (10g) Cykoria (10g) Ser żółty (10g) Rzodkiewka (10g) ogórek zielony (10g) Herbata figowa (150ml)	1,7	Zupa z ciecior (250ml) Strogonow z szynki (100g) kasza orkiszowa (100g) Surówka z ogórka kiszzonego i papryki Kompot z czerwonek porzeczki (130ml)	1,3, 7,9	Gofry z cukrem pudrem i bananami (150g) Herbata zielona (130ml)	1,7
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Sok jabłko-truskawka (130ml)	1				
Piątek 17.10.2025					
Inka na mleku (150ml) Pieczywo mieszane (35g) z masłem (6g), Pieczeń rzymska (10g) Sałata masłowa (10g) Ser mozzarella (10g) Pomidor (10g) Kiełki (5g)	1,7	Zupa Fińska lohikeitto (250ml) Pesto z bazyliowe z pomidorkami i kurczakiem (150g) Makaron tagiatelle (100g) Kompot śliwkowy (130ml)	1,7, 9	Bułka grahamka z masłem Ser żółty, pasztet naturalny z pomidorem (150g) Herbata lipowa z miodem	1,3, 4
Chcemy być zdrowi, wybieramy zdrowe produkty: Chipsy jabłkowe, bananowe, suszone morele i pestki dyni					

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**