

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| **SZWEDZKI PONIEDZIAŁEK 4.03.2024** |
| płatki owsiane na mleku,szwedzki stół do wyboru dla wszystkich grup: pieczywo z masłem, wędlina, ser żółty, jajko na twardo, sałata, ogórek, papryka,herbata z cytryną | mandarynka | zupa selerowa,gniocchi z cukinią i suszonymi pomidorami w sosie śmietanowo-serowym, ogórek kiszony, kompot jabłkowy | kajzerka z masłem,dżem truskawkowy, kawa na mleku / herbata16:30 kanapka, napój, jabłko |
| *Alergeny: 1, 3, 7* | *Alergeny:*  | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **OWOCOWY WTOREK 5.03.2024** |
| grahamka z masłem, omlet jajeczny z ziołami, pomidory koktajlowe, szczypiorek, kakao / herbata | sok owocowo warzywny tłoczony na zimno: jabłko, mandarynka, papryka, marchew | zupa krem z dyni z imbirem i płatkami migdałowymi, gotowany filet z indyka w sosie własnym, ryż z kurkumą, surówka z kapusty pekińskiej i kukurydzy, lemoniada z cytryną i miodem |  kasza manna z musem malinowym, chrupki kukurydziane, kawa na mleku / herbata16:30 kanapka, napój, jabłko |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:* | *Alergeny: 1, 7, 9* | *Alergeny: 1, 3, 4, 7* |
| **JOGURTOWA ŚRODA 6.03.2024** |
| kuleczki zbożowe na mleku,chleb żytni z masłem,ser żółty, szynka tradycyjna, sałata, pomidor, kiełki,herbata owocowa | jogurt naturalny z chrupiącą pszenicą | kapuśniak, makaron kokardki z łososiem i koperkiem w sosie śmietanowym, ogórek z koperkiem, kompot śliwkowy | chleb graham z masłem,schab pieczony – wyrób własny, sałata, papryka, kawa na mleku / herbata16:30 kanapka, napój, jabłko |
| *Alergeny: 1, 3, 7* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 3, 4, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7, 9* |
| **WARZYWNY CZWARTEK 7.03.2024** |
| bagietka z masłem, pasta z sera białego z pomarańczą,listek mięty, kakao / herbata | marchewka i kalarepa do chrupania | zupa z pieczonej papryki i pomidorów, kotlet mielony z serem białym, ziemniaki, buraczki,  kompot z czarnej porzeczki | chleb razowy z masłem, pasta z ryby wędzonej z pomidorami i czerwoną cebulą, ogórek kiszony, herbata malinowa16:30 kanapka, napój, jabłko |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:*  | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **KOKTAJLOWY PIĄTEK 8.03.2024** |
| płatki kukurydziane na mleku,chleb żytni z masłem, ser biały i powidła śliwkowe, herbata owocowa | koktajl mleczno jogurtowy z wiśniami | zupa ziemniaczana, polędwiczki wieprzowe w sosie czosnkowym, kasza gryczana,surówka z pora, marchewki i jabłka, napój pomarańczowy z imbirem i miodem | ciasto biszkoptowe z jabłkami – wyrób własny, kakao / herbata16:30 kanapka, napój, jabłko |
| *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 3, 7* |



|  |
| --- |
| ALERGENYPodane w jadłospisie liczby oznaczają wymienione niżej alergeny |
| SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI (wg załącznika II do Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady UE Nr 1169/2011 z dnia 25 sierpnia 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 10mg/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.
 |
| GRAMATURA POSIŁKÓW |
| Śniadanie:Zupa mlecznaPieczywoMasłoWędlina/ser żółtyPomidor, ogórekPapryka, rzodkiewkaNapójII śniadanie:OwoceWarzywaOrzechy, ziarenkaSok świeżyObiad:ZupaKotlet mielony, schabowy, z piersi kurczakaKlopsUdko kurczakaMięso duszone bez panierkiGulasz, mięso razem z sosemZiemniakiRyż, kasza, makaronSurówkaMizeriaWarzywa gotowane z wodyDodatek warzywa (pasek papryki, krążek marchewki) | 200 g35 g6 g15 g30 g20 g150 g80-100 g20-30 g5 g130 g250-300 g65 g60 g85 g55 g100-120 g150 g80-100 g100 g120 g70 g30 g | **Podwieczorek:**PieczywoMasłoWędlinapomidor, ogórek, papryka, rzodkiewkaciastko, biszkoptciastoowocesałatkaplacki ziemniaczane, racuchy | 25 g4 g15 g20 g40 g100 g50 g70 g100 g |