

## JADŁOSPIS

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 18.11.2024r	Płatki jaglane na mleku Kanapki z pieczoną łopatką ze wsi, rukolą, rzodkiewką, arbuza, herbata żurawinowa Alergeny:1,7	Zupa gulaszowa Ryż z białym serem, duszonym jabłuszkami i jogurtem naturalnym, kompot śliwkowy Alergeny: 1,7,9	Kisiel z tartą gruszką, bułeczka owsiano-orkiszowa z żółtym serem i pomidorem, herbata malinowa Alergeny:1,7
WTOREK 19.11.2024r	Płatki żytnie na mleku Kanapki z pastą z pestek słonecznika i daktyli, polędwicą tradycyjną, ogórkiem zielonym, sałatą roszponką, jabłko, herbata z owoców leśnych Alergeny:1,7	Zupa krem z białych warzyw Klopsik z indyka, kasza gryczana, surówka z czerwonej kapusty, kompot truskawkowy Alergeny: 1,3,7,9	Koktajl bananowo-jogurtowy, bułeczka paryska z szynką białą i kolorową papryką, herbata z dzikiej róży Alergeny: 1,7
ŚRODA 20.11.2024r	Kasza kukurydziana na mleku Kanapki pastą różową (twarożek, buraczek), schabem pieczonym, pomidorem, ogórkiem kiszonym, ananas, herbata truskawkowa Alergeny:1,7	Zupa rosół z makaronem Potrawka z kurczaka, ryż, surówka z rzodkiewki, kompot agrestowy Alergeny:1,3,7,9	Sałátka owocowa, chałka z masłem, jabłko, herbata żurawinowa Alergeny:1,7
CZWARTEK 21.11.2024r	Musli na mleku Kulinarne czwartki: dzieci samodzielnie komponują swoje śniadanie (wędlina, pasztet ze śliwką, warzywa, ser kozi, melon, gruszka) herbata malinowa Alergeny:1,3,7	Zupa krupnik Kotlet jajeczny, ziemniaki, brukselka, kompot z wiśni Alergeny:1,3,7,9	Parówka w cieście, banan, herbata z owoców leśnych Alergeny:1,3,7
PIĄTEK 22.11.2024r	Kasza jęczmienna na mleku Kanapki z twarogiem ze szczypiorkiem i rzodkiewką, arbuza, herbata z dzikiej róży Alergeny:1,7	Zupa pomidorowa Łosoś pieczony na porach, ziemniaki z koperkiem, mix sałat z pomidorkami koktajlowymi, kompot z rabarbaru Alergeny:1,3,4,7,9	Placuszki ziemniaczane, jabłko, herbata truskawkowa Alergeny:1,3,7

Zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego Nr 1169/2011 w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności zamieszczamy w jadłospisie wykaz alergenów.

Alergeny:

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 i produkty pochodne
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 SO<sub>2</sub>
13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, ziola prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziółowy, cukier wanilinowy i zgodnie z informacją producentów mogą one zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera, gorzycy i orzeszków ziemnych

## **Gramatura posiłków**

### **Śniadanie:**

- Zupa mleczna: 200g
- Pieczywo: 35g
- Masło: 6g
- Wędlina/ ser żółty: 15- 20g
- Pomidor, ogórek: 15-20g
- Papryka, rzodkiewka: 20g
- Owoce: 80-100g
- Herbatka, kakao: 150ml
- Woda: bez ograniczeń

### **Obiad:**

- Zupa- 200g
- Kotlet mielony, schabowy, pierś z kurczaka: 80g
- Klopsy, pulpety: 80g
- Udko z kurczaka: 90g
- Gulasz, mięso razem z sosem: 100-120g
- Ziemniaki: 150g
- Ryż, kasza, makaron: 80-100g
- Surówka: 100g
- Mizeria: 120g
- Warzywa gotowane z wody: 70g
- Kompot: 150ml

### **Podwieczorek:**

- Pieczywo: 35g
- Masło: 6g
- Wędlina / ser żółty: 15-20g
- Warzywa: 20-30g
- Ciasto: 100g
- Sałatki: 100g
- Pasty warzywne: 30g
- Mus: 100g
- Herbatka: 150ml
- Woda: bez ograniczeń