

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| **SZWEDZKI PONIEDZIAŁEK 8.04.2024** |
| kasza manna na mleku,szwedzki stół do wyboru dla wszystkich grup: pieczywo z masłem, wędlina, ser żółty, jajko na twardo, sałata, ogórek, papryka,herbata z cytryną | arbuz | zupa pomidorowa, kotlet jajeczny, ziemniaki, gotowana fasola szparagowa ze słonecznikiem, kompot jabłkowy  | chleb razowy z masłem, pasta z tuńczyka i awokado, szczypiorek, lemoniada cytrynowa z imbirem |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:* | *Alergeny: 1, 7, 9* | *Alergeny: 1, 4, 7* |
|  **OWOCOWY WTOREK 9.04.2024** |
| bułka grahamka z masłem, ser biały naturalny, dżem / powidła śliwkowe, kakao / herbata | sok naturalny tłoczony na zimno: jabłko, pomarańcza, cytryna, kurkuma | zupa z młodej kapusty,kotlet pożarski drobiowy, kasza bulgur, gotowana marchewka z groszkiem, kompot z czerwonej porzeczki | bagietka, sałatka wiosenna z makaronem, mozzarellą i pomidorami,kawa na mleku / herbata |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **JOGURTOWA ŚRODA 10.04.2024** |
| płatki ryżowe na mleku,chleb kanapkowy z masłem, szynka z indyka, sałata, papryka, herbata owocowa | jogurt naturalny z musem truskawkowym | zupa koperkowa z kluseczkami, burger rybny, ziemniaki puree, surówka z kapusty kiszonej, lemoniada z czerwoną pomarańczą i miętą | kajzerka z masłem,twarożek z jogurtem i borówkami,kawa na mleku / herbata, banan  |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:* | *Alergeny: 1, 4, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **WARZYWNY CZWARTEK 11.04.2024** |
| chleb żytni z masłem,twarożek z sera białego z zielonym pesto z bazylii i kolendry, kakao | gruszka | barszcz ukraiński, polędwiczki wieprzowe w sosie własnym, kasza kuskus, surówka z pora, jabłka i marchwi z granatem, kompot owocowy | chleb graham z masłem,warzywa krojone w słupkioraz ser żółty z dipem jogurtowo ziołowymkawa na mleku / herbata |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **KOKTAJLOWY PIĄTEK 12.04.2024** |
| płatki z miodem na mleku,chleb razowy z masłem, polędwica sopocka, sałata, pomidor, herbata owocowa | koktajl mleczno jogurtowy z musem z mango i jabłka  | żurek z jajkiem, potrawka drobiowa z groszkiem w sosie śmietanowym, ryż, surówka z czerwonej kapusty parzonej, kompot śliwkowy | ciasto marchewkowe – wyrób własny, bawarka / herbata,jabłko |
| *Alergeny: 1, 7, 9* | *Alergeny:* | *Alergeny: 1, 7, 9* | *Alergeny: 1, 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 |