

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **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 słupki  oraz ser żółty  z dipem jogurtowo ziołowym  kawa 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* |



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ALERGENY  Podane 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 mleczna  Pieczywo  Masło  Wędlina/ser żółty  Pomidor, ogórek  Papryka, rzodkiewka  Napój  II śniadanie:  Owoce  Warzywa  Orzechy, ziarenka  Sok świeży  Obiad:  Zupa  Kotlet mielony, schabowy, z piersi kurczaka  Klops  Udko kurczaka  Mięso duszone bez panierki  Gulasz, mięso razem z sosem  Ziemniaki  Ryż, kasza, makaron  Surówka  Mizeria  Warzywa gotowane z wody  Dodatek warzywa (pasek papryki, krążek marchewki) | 200 g  35 g  6 g  15 g  30 g  20 g  150 g  80-100 g  20-30 g  5 g  130 g  250-300 g  65 g  60 g  85 g  55 g  100-120 g  150 g  80-100 g  100 g  120 g  70 g  30 g | **Podwieczorek:**  Pieczywo  Masło  Wędlina  pomidor, ogórek, papryka, rzodkiewka  ciastko, biszkopt  ciasto  owoce  sałatka  placki ziemniaczane, racuchy | 25 g  4 g  15 g  20 g  40 g  100 g  50 g  70 g  100 g |