

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| **SZWEDZKI PONIEDZIAŁEK 10.03.2025** |
| makaron na mleku,szwedzki stół do wyboru dla wszystkich grup: pieczywo z masłem, wędlina, ser żółty, sałata, ogórek, papryka,herbata z cytryną | melon | żurek,kotlet jajeczny, ziemniaki, gotowana fasolka szparagowa ze słonecznikiem i suszonymi pomidorami,kompot z truskawkowy | chleb z dynią z masłem, szynka wieprzowa,sałata, papryka, kiełki, bawarka / herbata16:30 kanapka, napój, jabłko |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:*  | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **OWOCOWY WTOREK 11.03.2025** |
| ciabatka z masłem, twarożek naturalny z jagodami, kakao / herbata | sok owocowo warzywny tłoczony na zimno: jabłko, cynamon, cytryna | zupa fasolowa, gulasz węgierski z papryką i warzywami, kasza gryczana, surówka z kapusty pekińskiej, kompot owocowy |  rogalik maślany, mus owocowy, herbata z cytryną16:30 kanapka, napój, jabłko |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:* | *Alergeny: 1, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **JOGURTOWA ŚRODA 12.03.2025** |
| płatki miodowe na mleku, chleb domowy żytni z masłem, szynka tradycyjna, sałata, pomidor, kiełki, herbata owocowa | jogurt naturalny z borówką | barszcz czerwony, dorsz w sosie maślanowo-śmietanowym, ryż z kurkumą, surówka ze świeżego szpinaku i pomidorów koktajlowych, kompot wiśniowy | placki drożdżowe z cukrem pudrem – wyrób własny, kakao / herbata 16:30 kanapka, napój, jabłko |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 3, 4, 7, 9* | *Alergeny: 1, 3, 7* |
| **WARZYWNY CZWARTEK 13.03.2025** |
| chleb gruboziarnisty z masłem,pasta z sera białego z bazylią i ziołami,koperek, kakao / hebata | jabłko | zupa jarzynowa, spaghetti z mięsem mielonym i pomidorami i świeżą bazylią, ogórek kiszony z marchewką,  kompot porzeczkowy | bułka grahamka z masłem, warzywa, szynka i ser żółty krojone w słupki, dip jogurtowo-ziołowy, kawa na mleku / herbata16:30 kanapka, napój, jabłko |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:*  | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **KOKTAJLOWY PIĄTEK 14.03.2025** |
| kasza manna na mleku,chleb razowy z siemieniem, pasztet drobiowy, ogórek,herbata owocowa | koktajl mleczny z kefiru naturalnego jogurtowy z truskawką | zupa pomidorowa z makaronem, kotlet z piersi kurczaka, ziemniaki pieczone, mizeria z jogurtem i koperkiem, kompot jabłkowy | chleb staropolski z masłem,ser żółty, ogórek, papryka, szczypiorek, kawa na mleku / herbata16:30 kanapka, napój, jabłko |
| *Alergeny: 1, 7, 9* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 3, 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 |