

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| **SZWEDZKI PONIEDZIAŁEK 17.03.2025** |
| płatki ryżowe na mleku,szwedzki stół do wyboru dla wszystkich grup: pieczywo z masłem, ser żółty, frankfurterki,jajko na twardo, sałata, ogórek, papryka,herbata z cytryną | mix orzechów i suszonych owoców | zupa grochowa,pierogi z serem białym, jogurtem i truskawkami, surówka z marchewki i jabłka,kompot owocowy | chleb staropolski z masłem, parówka drobiowa na ciepło,sałata, pomidor, bawarka / herbata16:30 kanapka, napój, jabłko |
| *Alergeny: 1, 3, 7* | *Alergeny: 8* | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **OWOCOWY WTOREK 18.03.2025** |
| grahamka z masłem, twarożek naturalny z zielonym ogórkiem, kakao / herbata | jabłko / gruszka | zupa zacierkowa,pieczeń rzymska z jajkiem, kasza gryczana, surówka z selera i jabłka, kompot z czerwonej porzeczki | kisiel z owocami i ciasteczka zbożowe,kawa na mleku / herbata16:30 kanapka, napój, jabłko |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:* | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **JOGURTOWA ŚRODA 19.03.2025** |
| kluski lane na mleku, chleb kanapkowy z masłem, szynka, sałata, papryka, herbata owocowa | jogurt naturalny z gruszką | krupnik, filet z dorsza po grecku z warzywami, ziemniaki z koperkiem, kompot truskawkowy | chleb mieszany, pasztet drobiowy, sałata, ogórek kiszony, szczypiorek, lemoniada cytrynowa16:30 kanapka, napój, jabłko |
| *Alergeny: 1, 3, 7* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 4, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7, 9* |
| **WARZYWNY CZWARTEK 20.03.2025** |
| ciabatka z masłem,pasta z sera białego ze szczypiorkiem i rzodkiewką,listek świeżej mięty, kakao / herbata | talerz świeżych warzyw do chrupania | zupa brokułowa, łazanki z kapustą i pieczarkami,ogórek świeży z koperkiem, kompot śliwkowy | chleb razowy z masłem, ser żółty, sałata, ogórek, koperek, kawa na mleku / herbata16:30 kanapka, napój, jabłko |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:*  | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **KOKTAJLOWY PIĄTEK 21.03.2025 – WITAMY WIOSNĘ -** |
| kasza kukurydziana na mleku,chleb żytni z masłem,pasta jajeczna ze szczypiorkiem,papryka,herbata owocowa | koktajlmleczny z maślanki naturalnej z maliną | zupa pieczarkowa z makaronem,pieczone udko z kurczaka, ziemniaki,sałata masłowa z jogurtem i koperkiem, kompot jabłkowy | na powitanie wiosnyszarlotka z cynamonem– wypiek własny,kawa na mleku / herbata |
| *Alergeny: 1, 3, 7* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 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 |