

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| **SZWEDZKI PONIEDZIAŁEK 12.05.2025** |
| płatki zbożowe na mleku, szwedzki stół do wyboru: pieczywo żytnie z masłem, frankfurterki, ser, jajko na twardo, świeże warzywa, herbata z cytryną | kiwi | kapuśniak, spaghetti neapolitańskie ze świeżą bazylią i parmezanem, ogórek z koperkiem, kompot owocowy | chleb graham z masłem,polędwica tradycyjna, sałata, papryka, bawarka / herbata z cytryną |
| *Alergeny: 1, 3, 7* | *Alergeny:* | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **OWOCOWY WTOREK 13.05.2025** |
| kajzerka z masłem,  twarożek z truskawkami, kakao / herbata | sok naturalny tłoczony na zimno: jabłko, marchew, cytryna | zupa grochowa, schab duszony w sosie warzywnym, kasza orkiszowa, surówka ze szpinaku i pomidorów, kompot z czarnej porzeczki | chleb razowy z masłem,ser żółty, sałata, szczypiorek, ogórek zielony,kawa na mleku / herbata |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **JOGURTOWA ŚRODA 14.05.2025** |
| płatki pełnoziarniste na mleku,chleb graham z masłem,  wędlina, sałata, papryka, herbata miętowa | jogurt z malinami | zupa truskawkowa, burger z łososia, puree ziemniaczane, surówka z kiszonej kapusty  | chleb żytni z masłem,szynka, sałata, ogórek, kiełki,kawa na mleku / herbata rumiankowa |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:* | *Alergeny: 1, 3, 4, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **WARZYWNY CZWARTEK 15.05.2025** |
| bułka grahamka, pasta z sera białego z ziołami, listek mięty, kakao / herbata | talerz kolorowych warzyw do chrupania | zupa krem z dyni,risotto z kurczakiem, bukiet warzyw,  lemoniada pomarańczowa z imbirem i miodem | ciasto cytrynowe – wyrób własny, mleko / herbata, jabłko |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 7, 9* | *Alergeny: 1, 3, 7* |
| **KOKTAJLOWY PIĄTEK 16.05.2025** |
| lane kluski na mleku, chleb żytni z masłem, szynka tradycyjna, ser żółty, sałata, herbata owocowa | koktajl mleczny z maślanki naturalnej z wiśnią | zupa pomidorowa, filet z kurczaka w panierce, ziemniaki pieczone z ziołami, surówka z młodej kapusty, kompot śliwkowy | chałka z masłem,jogurt z borówką, kakao / herbata |
| *Alergeny: 1, 3, 7* | *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 |