

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| **SZWEDZKI PONIEDZIAŁEK 11.08.2025** |
| płatki zbożowe na mleku, szwedzki stół do wyboru: pieczywo żytnie z masłem, wędlina, ser, jajko na twardo, świeże warzywa, herbata z cytryną | sezonowe owoce:śliwka | krupnik, makaron z serem białym i jogurtem, surówka z malin i borówek, lemoniada pomarańczowa | chleb żytni z masłem, kiełbasa krakowska, sałata, pomidor, szczypiorek,bawarka / herbata |
| *Alergeny: 1, 3, 7* | *Alergeny:* | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **OWOCOWY WTOREK 12.08.2025** |
| grahamka z masłem,  twarożek naturalny ze świeżą miętą i truskawką, kakao / herbata | sezonowe owoce:nektarynka | zupa owocowa, gulasz drobiowy w sosie warzywnym, kasza bulgur, bukiet warzyw gotowany na parze | ryż z duszonym jabłkiem, jogurtem i cynamonem, mleko / herbata |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:*  | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **JOGURTOWA ŚRODA 13.08.2025** |
| kasza manna na mleku,chleb żytni z masłem,  polędwica tradycyjna, sałata, papryka, herbata owocowa | jogurt naturalny ze świeżą porzeczką | zupa koperkowa, panierowany filet z mintaja, ziemniaki puree, surówka z kiszonej kapusty i marchewki, lemoniada cytrynowa z miętą | chleb graham z masłem,pasztet drobiowy, sałata, ogórek, szczypiorek, bawarka / herbata |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny: 8* | *Alergeny: 1, 3, 4, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **WARZYWNY CZWARTEK 14.08.2025** |
| kajzerka z masłem,ser biały z powidłami śliwkowymi,kakao / herbata | talerz kolorowych warzyw do chrupania  | zupa pomidorowa,kurczak pieczony, ryż,marchewka gotowana z groszkiem,kompot wieloowocowy | ciasto cytrynowe – wyrób własnykakao / herbata owocowa |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 3, 7* |
| **KOKTAJLOWY PIĄTEK 15.08.2025** |
| DZIEŃ ŚWIĄTECZNY |



|  |
| --- |
| 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 |