

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| **SZWEDZKI PONIEDZIAŁEK 2.09.2024** | | | |
| płatki kukurydziane na mleku,  szwedzki stół do wyboru:  pieczywo żytnie z masłem, wędlina, ser, jajko na twardo, świeże warzywa,  herbata z cytryną | arbuz | barszcz ukraiński z fasolą,  makaron z serem białym i musem malinowym,  sałatka owocowa,  kompot śliwkowy | chleb żytnio-pszenny z masłem,  ser żółty, sałata, papryka,  kawa na mleku / herbata |
| *Alergeny: 1, 3, 7* | *Alergeny:* | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **OWOCOWY WTOREK 3.09.2024** | | | |
| kajzerka z masłem,  twarożek naturalny z pomarańczą i świeżą miętą,  kakao / herbata owocowa | sok tłoczony na zimno: jabłko, gruszka, seler naciowy, burak | zupa pomidorowa,  kotlet drobiowy, ziemniaki,  mizeria z jogurtem,  kompot jabłkowy | chleb słonecznikowy z masłem,  dżem truskawkowy,  herbata z cytryną i imbirem |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:* | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **JOGURTOWA ŚRODA 4.09.2024** | | | |
| płatki jęczmienne na mleku,  chleb pytlowy z masłem,  schab pieczony, sałata, ogórek,  herbata owocowa | jogurt naturalny z kawałkami gruszki | kapuśniak,  klops rybny w sosie koperkowym, ryż, surówka z czerwonej kapusty,  lemoniada cytrynowo-imbirowa | bułka żytnia,  parówka z indyka na ciepło,  pomidor, kiełki,  bawarka / herbata |
| *Alergeny: 1, 7, 9* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 3, 4, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **WARZYWNY CZWARTEK 5.09.2024** | | | |
| grahamka z masłem,  twarożek naturalny z rzodkiewką i szczypiorkiem,  kakao / herbata owocowa | talerz kolorowych warzyw do chrupania | zupa krem z zielonego groszku,  kotlet mielony, ziemniaki,  surówka z buraków i jabłka,  kompot z czerwonej porzeczki | placuszki drożdżowe z cukrem pudrem  – wyrób własny,  kawa na mleku / herbata,  arbuz |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **KOKTAJLOWY PIĄTEK 6.09.2024** | | | |
| zacierka z dynią na mleku,  chleb pszenno-żytni z masłem,  szynka naturalna, sałata, pomidor, szczypiorek,  herbata owocowa | koktajl mleczny jogurtowo truskawkowy | zupa kalafiorowa,  filet z kurczaka w sosie śmietanowym, kasza bulgur, surówka z pomidora ze szczypiorkiem,  kompot wiśniowy | mus owocowy,  biszkopty,  kawa na mleku / herbata |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny: 7* | *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 |