

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| **SZWEDZKI PONIEDZIAŁEK 6.10.2025** |
| kasza manna na mleku, szwedzki stół do wyboru: pieczywo żytnie z masłem, frankfurterki, jajko na twardo, świeże warzywa, herbata z cytryną | gruszka | zupa szpinakowa, pierogi z mięsem i cebulką, surówka z ogórka kiszonego i marchewki, koperek, kompot jabłkowy  | placuszki drożdżowe z cukrem pudrem – wyrób własnykawa na mleku / herbata  |
| *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny:*  | *Alergeny: 1, 7, 9* | *Alergeny: 1, 3, 7* |
| **OWOCOWY WTOREK 7.10.2025** |
| rogalik maślany, ser biały naturalny z truskawkami, mleko / herbata | sok tłoczony na zimno: jabłko, pomarańcza, seler naciowy | rosół,kotlet mielony, ziemniaki, mizeria z jogurtem, kompot wieloowocowy | chleb orkiszowy z masłem,ser żółty, sałata, ogórek, szczypiorek, kawa na mleku / herbata |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:*  | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **JOGURTOWA ŚRODA 8.10.2025** |
| płatki jęczmienne na mleku,chleb żytni z masłem, pasta z gotowanego mięsa z warzywami, papryka, szczypiorek, herbata owocowa | jogurt naturalny z chrupiącą pszenicą i miodem | barszcz czerwony, makaron rurki z łososiem i sosem koperkowym, pomidory koktajlowe z bazylią, lemoniada cytrynowa z imbirem | domowe hamburgery z warzywami,herbata z cytryną |
| *Alergeny: 1, 7, 9* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 3, 4, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **WARZYWNY CZWARTEK 9.10.2025** |
| grahamka z masłem, ser twarogowy ze szczypiorkiem i ziołami, rzodkiewka, kakao / herbata | śliwka | zupa pomidorowa,polędwiczka wieprzowa w sosie pieczeniowym, ziemniaki puree, surówka z białej kapusty z oliwą, lemoniada pomarańczowa | chleb razowy z siemieniem, pasta z ryby wędzonej z pomidorami, papryka, bawarka / herbata |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:* | *Alergeny: 1, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **KOKTAJLOWY PIĄTEK 10.10.2025** |
| płatki kukurydziane na mleku,chleb razowy z masłem, jajko na twardo, sałata, pomidor, szczypiorek, herbata owocowa  | koktajl mleczny z maślanki z truskawkami | zupa ogórkowa, gulasz węgierski z mięsa drobiowego, kasza gryczana, surówka z selera z rodzynkami, kompot śliwkowy | ryż z musem jabłkowym, jogurtem i cynamonem, kakao / herbata |
| *Alergeny: 1, 3, 7* | *Alergeny: 7* | *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 |