

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| **SZWEDZKI PONIEDZIAŁEK 18.03.2024** |
| płatki ryżowe na mleku,szwedzki stół do wyboru dla wszystkich grup: pieczywo z masłem, wędlina, ser żółty, jajko na twardo, sałata, ogórek, papryka,herbata z cytryną | mix orzechów i suszonych owoców | zupa fasolowa,pierogi z serem białym, jogurtem i cynamonem – wyrób własny, 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:*  | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **OWOCOWY WTOREK 19.03.2024** |
| grahamka z masłem, twarożek naturalny z zielonym ogórkiem, kakao / herbata | sok owocowo warzywny tłoczony na zimno: jabłko, ananas, ogórek, jarmuż, cytryna | 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, 7, 9* | *Alergeny: 1, 3, 4, 7* |
| **JOGURTOWA ŚRODA 20.03.2024** |
| kluski lane na mleku, chleb kanapkowy z masłem, szynka, sałata, papryka, herbata owocowa | jogurt naturalny z gruszką | krupnik, filet z dorsza po grecku, ziemniaki, surówka z kapusty białej, kompot truskawkowy | chleb mieszany, pasztet drobiowy, sałata, ogórek kiszony, szczypiorek, lemoniada cytrynowa16:30 kanapka, napój, jabłko |
| *Alergeny: 1, 3, 7* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 3, 4, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7, 9* |
| **WARZYWNY CZWARTEK 21.03.2024 - POWITANIE WIOSNY -** |
| ciabatka z masłem,pasta z sera białego ze szczypiorkiem i rzodkiewką,listek świeżej mięty, kakao | talerz świeżych warzyw do chrupania | zupa krem brokułowa, łazanki z kapustą i pieczarkami,ogórek świeży z koperkiem, kompot śliwkowy | na powitanie wiosny szarlotka z cynamonem – wypiek własny, kawa na mleku / herbata16:30 kanapka, napój, jabłko |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:*  | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **KOKTAJLOWY PIĄTEK 22.03.2024** |
| kasza kukurydziana na mleku,chleb żytni z masłem, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, papryka, herbata owocowa | koktajl mleczno jogurtowy z miodem | zupa pieczarkowa z makaronem, pieczone udko z kurczaka, ziemniaki, sałata masłowa z jogurtem i koperkiem,  kompot jabłkowy | chleb razowy z masłem, ser żółty, sałata, ogórek, koperek, kawa na mleku / herbata16:30 kanapka, napój, jabłko |
| *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 3, 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 |