

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| **SZWEDZKI PONIEDZIAŁEK 22.04.2024** | | | |
| płatki jęczmienne na mleku,  szwedzki stół do wyboru:  pieczywo żytnie z masłem, wędlina, ser, jajko na twardo, dżem, świeże warzywa,  herbata miętowa | jabłko | zupa krem brokułowa,  naleśniki z serem białym i musem jogurtowo truskawkowym,  surówka z tartej marchewki,  lemoniada pomarańczowa | pieczywo żytnie z masłem,  pasztet drobiowy,  sałata, ogórek kiszony,  kawa na mleku / herbata |
| *Alergeny: 1, 3, 7* | *Alergeny:* | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **OWOCOWY WTOREK 23.04.2024** | | | |
| grahamka z masłem,  twarożek z truskawkami,  listek świeżej mięty,  kakao / herbata | sok naturalny tłoczony na zimno: jabłko, seler naciowy, cytryna | zupa jarzynowa,  sznycle z duszoną cebulą,  kasza bulgur,  kapusta zasmażana z koperkiem,  kompot owocowy | ryż zapiekany z duszonym jabłkiem, jogurt z cynamonem,  mleko / herbata |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 4, 7* |
| **JOGURTOWA ŚRODA 24.04.2024** | | | |
| kasza kukurydziana na mleku,  chleb żytni z masłem,  polędwica, ser żółty, sałata, rzodkiewka,  herbata owocowa | jogurt naturalny z kawałkami gruszki | rosół z makaronem,  pulpet rybny w sosie koperkowym, purée ziemniaczane,  surówka z buraków i jabłka,  kompot wiśniowy | szarlotka z jabłkami  – wypiek własny,  kawa na mleku / herbata |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:* | *Alergeny: 1, 3, 4, 7, 9* | *Alergeny: 1, 3, 7* |
| **WARZYWNY CZWARTEK 25.04.2024** | | | |
| chleb pełnoziarnisty z masłem,  pasta z sera białego  z pieczoną papryką,  koperek,  kakao / herbata | kolorowe warzywa do chrupania | zupa z soczewicy,  spaghetti z mięsem mielonym, pomidorami i świeżą bazylią,  ogórek z koperkiem,  kompot porzeczkowy | chleb razowy z masłem,  pasta z wędzonej makreli z pomidorami, ogórek kiszony,  herbata z cytryną,  kiwi |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7, 9* |
| **KOKTAJLOWY PIĄTEK 26.04.2024** | | | |
| kuleczki zbożowe z miodem na mleku,  chleb żytni z masłem, omlet ze szczypiorkiem, pomidor,  herbata owocowa | koktajl mleczno jogurtowy z musem z moreli i marchewki | zupa pieczarkowa,  filet z kurczaka w panierce, puree ziemniaczane, surówka z białej kapusty colesław,  kompot truskawkowy | rogal maślany,  jogurt naturalny z owocami,  herbata z cytryną,  marchewka |
| *Alergeny: 1, 7, 9* | *Alergeny:* | *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 |