

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ŚNIADANIE** | **II ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| **SZWEDZKI PONIEDZIAŁEK 1.04.2024 DZIEŃ ŚWIĄTECZNY** |
|  |
|  **OWOCOWY WTOREK 2.04.2024** |
| bułka grahamka z masłem, ser żółty, sałata, pomidor, szczypiorek, kakao / herbata | sok naturalny tłoczony na zimno: jabłko, gruszka, czerwona kapusta  | krupnik,kluski leniwe z bułką tartą, cynamonem i jogurtem.surówka owocowa ze świeżą miętą, kompot wiśniowy | chleb żytni z masłem, parówka drobiowa na ciepło, sałata, ogórek,kawa na mleku / herbata,jabłko |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **JOGURTOWA ŚRODA 3.04.2024** |
| owsianka na mleku, chleb żytni z masłem, pasztet drobiowy, sałata, papryka, herbata owocowa | jogurt naturalny z kawałkami banana  | barszcz czerwony, makaron z kurczakiem w sosie serowo-śmietanowym z natką pietruszki, gotowany brokuł,lemoniada cytrynowa | kisiel owocowy, herbatniki zbożowe, kawa na mleku / herbata  |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny:*  | *Alergeny: 1, 3, 4, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **WARZYWNY CZWARTEK 4.04.2024** |
| chleb graham z masłem,twarożek z sera białego naturalnego z malinami, kakao | kolorowe warzywa do chrupania | zupa krem z zielonych warzyw i jarmużu,pierś z indyka duszona w sosie własnym, ryż z kurkumą, mix sałat z rzodkiewką w sosie jogurtowym, kompot owocowy | ciasto cytrynowe – wypiek własny, kawa na mleku / herbata, banan |
| *Alergeny: 1, 7* | *Alergeny: 7* | *Alergeny: 1, 7, 9* | *Alergeny: 1, 7* |
| **KOKTAJLOWY PIĄTEK 5.04.2024** |
| płatki z miodem na mleku,chleb razowy z masłem, szynka, jajko na twardo, sałata, pomidor, herbata owocowa | koktajl jogurtowo mleczny z jagodami | zupa owocowa,klops a’la gołąbek, ziemniaki,  gotowana marchewka mini ze słonecznikiem | chałka z masłem i miodem,bawarka / herbatagruszka |
| *Alergeny: 1, 3, 7, 9* | *Alergeny:* | *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 |