



JADŁOSPIS

04.12.2023 - 08.12.2023

DRODZY RODZICE!

Uprzejmie informujemy, że przy jadłospisie znajdziecie spis alergenów, a przy każdym daniu numer alergenu jaki zawiera to danie. Numery alergenów występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, orkisz, pszenica kamut).
2. Skorupiaki i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie).
3. Jaja i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie).
4. Ryby i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie).
5. Orzeszki ziemne (arachidowe i produkty przygotowywane na ich bazie).
6. Soja i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie).
7. Mleko i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie).
8. Orzechy (migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, orzechy pistacjowe, orzechy makadami, orzechy i produkty przygotowywane na ich bazie).
9. Seler i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie).
10. Gorczyca i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie).
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie).
12. Dwutlenek siarki (używany jako substancja antyutleniająca i utrwalająca, obecna na przykład w owocach suszonych, winie, przetworzonych ziemniakach).
13. Łubin (produkty przygotowywane na ich bazie).
14. Mięczaki (produkty przygotowywane na ich bazie).

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziółowy, kwasek cytrynowy, cukier waniliowy. **Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczycy.**

PONIEDZIAŁEK 04.12.2023



ŚNIADANIE: mleko 200ml, chleb mieszany z masłem 50g, polędwica bez e 20g, porcja warzyw - pomidor ze szczypiorkiem 20g, sałata

ALERGENY: 1, 3, 6, 7, 9, 10

II ŚNIADANIE: jabłko, mandarynka - 100g

OBIAD:

Zupa krupnik z ziemniakami 250g (ćwiartki drob, kasza jęczmienna, włoszczyzna, ziemniaki, sól, pieprz, przyprawy)

Jabłko w cieście z cukrem pudrem 150g (mleko, mąka, jaja, jabłko, cukier, cukier pud, olej), kompot truskawkowy 200ml

ALERGENY: 1, 3, 6, 7, 9, 10

PODWIECZOREK: kawa inka 200ml, chleb mieszany z masłem 40g, pasta mięsna 20g (kielbasa toruńska, boczek wędz, masło), porcja warzyw - ogórek kiszony 10g, rzodkiewka 10g, sałata

ALERGENY:

1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11

WTOREK 05.12.2023



ŚNIADANIE: zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 180ml+20g, chleb mieszany z masłem 50g, serek waniliowy 20g

ALERGENY:

1, 7

II ŚNIADANIE: jabłko, kaki - 100g

OBIAD:

Zupa porowa z ziemniakami 250g (ćwiartki drob, por, włoszczyzna, , ziemniaki, śmietana, przyprawy)

Połudwiczki wieprzowe w sosie własnym 70g (połudwiczki, olej, przyprawy, mąka), kasza jęczmienna 35g, surówka z ogórka kisz, jabłka i cebuli 80g, napój cytrynowo-miodowy 200ml

ALERGENY:

1, 3, 6, 7, 9, 10

PODWIECZOREK: budyń śmietankowy z malinami 210g, chleb mieszany z masłem 20g

ALERGENY:

1, 7

ŚRODA 06.12.2023

ŚNIADANIE: mleko 200ml, chleb mieszany z masłem 50g, szynka konserwowa 20g, porcja warzyw - ogórek świeży 10g, papryka 10g, sałata

ALERGENY: 1, 3, 6, 7, 9, 10

II ŚNIADANIE: jabłko, melon - 100g

OBIAD:

Zupa marchwiowa z ziemniakami 250g (ćwiartki drob, marchew, włoszczyzna, ziemniaki, sól, pieprz, przyprawy)

Kluski śląskie z kapustą kiszoną i kielbasą 200g (mąka ziem, jaja, ziemniaki, kapusta kisz, kielbasa, olej, przyprawy), sok pomarańczowy 200ml

ALERGENY: 1, 3, 6, 7, 9, 10

PODWIECZOREK: kakao na mleku 200ml, bułka maślana z masłem 40g, twarożek jagodowy - wyrób własny 20g

ALERGENY:

1, 3, 6, 7



CZWARTEK 07.12.2023



ŚNIADANIE: zupa mleczna z płatkami owsianymi 180ml+20g,
chleb mieszany z masłem 40g, dżem 100% owoców 20g

ALERGENY:

1, 9, 7

II ŚNIADANIE: jabłko, banan - 100g

OBIAD:

Rosół z makaronem 250g (ćwiartki drob, marchew, por,
pietruszką, seler, przyprawy)

Klops z piersi kurczaka 70g (pierś z kurczaka, bułka zw, bułka
tarta, jaja, olej , przyprawy), ziemniaki z koperkiem 150g, mizeria
z jogurtem nat 80g, sok z czarnej porzeczki 200ml

ALERGENY:

1, 3, 6, 7, 9, 10

PODWIECZOREK: kisiel z jabłkiem 230g, bułka paryska z masłem
20g

ALERGENY:

1, 3, 7

PIĄTEK 08.12.2023

ŚNIADANIE: kawa inka na mleku 180ml, chleb mieszany z masłem 40g, pasztet drobiowy 20g, porcja warzyw - papryka 10g, ogórek św 10g, sałata

ALERGENY:

1, 3, 6, 7, 9,10

II ŚNIADANIE: jabłko, gruszka 100g

OBIAD:

Zupa owocowa z makaronem 250g (wiśnie, makaron, kisiel, cukier)

Ryba z pieca 60g (filet z dorsza), ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z sałaty lodowej 80g (sałata lodowa, marchew, czosnek, jogurt nat, przyprawy), herbata rumiankowa 200ml

ALERGENY:

1, 3, 7

PODWIECZOREK:

mleko 200 ml, ciasto z owocami - wypiek własny

ALERGENY: 1, 3, 7

