|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DZIEŃ** | **ŚNIADANIE 830** | **OBIAD 1200** | **PODWIECZOREK 1430** |
| **Poniedzia-**  **łek**  **14.11.2022** | Płatki kukurydziane(**gluten**) z **mlekiem**(200ml),  chleb **pszenno-żytni(**30g)  z masłem**(z mleka)**(5g),  filet maślany z indyka(15g),  pomidor(10g), ogórek zielony(5g), herbata owocowa(150ml) | Zupa krupnik(marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła, kasza **jęczmienna**, ziemniaki)(200ml)  makaron(**pszenica, jajko**)(50g) z sosem pomidorowym(**pszenica, mleko**)(30g),  kompot wieloowocowy  (śliwka, truskawka, jabłko)(150ml),  banan | Budyń waniliowy (**pszenica, jajko, mleko**) (wyrób własny)(100g), winogrono czerwone |
| **Wtorek**  **15.11.2022** | Kakao na **mleku** (150ml),  bułka **pszenna**(30g) z masłem  (z **mleka**)(5g), pasta z **tuńczyka,**  **jajka** i ogórka kiszonego(20g), herbata czarna z cytryną(150ml),  **orzechy włoskie** | Zupa kalafiorowa(marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła, kalafior)(200ml),  gulasz wieprzowy(**pszenica**, szynka b/k smażona)(50g) z kaszą pęczak(30g),  surówka z buraczków(20g),  woda(150ml) | **Jajecznica** na maśle(**mleko)(**40g), chleb **pszenno-żytni**(30g) z masłem(**mleko**)(5g), herbata malinowa(150ml) |
| **Środa**  **16.11.2022** | Płatki ryżowe z **mlekiem**(200ml),  chleb **pszenno-żytni**(30g)  z masłem**(z mleka)**(5g),  ser żółty(z **mleka**)(10g),  rzodkiewka(5g), sałata  herbata owoce leśne(150ml) | Zupa kapuśniak(marchew,  **seler**, por, pietruszka, zioła, kapusta kwaszona)(200ml),  ziemniaki(100g), fasolka po bretońsku  (**pszenica**, kiełbasa śląska smażona, przecier pomidorowy, fasola jaś),  kompot z czarnej porzeczki(150ml),  mandarynka | Murzynek z powidłami śliwkowymi  (**pszenica, jajko**)(50g), herbata czarna z cytryną(150ml) |
| **Czwartek**  **17.11.2022** | Kawa inka(**jęczmień, żyto**)  z **mlekiem** (150ml),  bułka **pszenna**(30g) z masłem  (z **mleka)**(5g) i dżemem truskawkowym(5g)  herbata czarna z cytryną (150ml),  **orzechy laskowe** | Rosół (marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła) (200ml) z makaronem(**pszenica, jajko**)(200ml),  potrawka z kurczaka(**mleko, pszenica**, podudzia drobiowe gotowane)(100g) z ryżem(30g), marchewka z groszkiem(20g),  woda(150ml) | Mus truskawkowy z jogurtem naturalnym(**mleko**)(100g), wafle ryżowe |
| **Piątek**  **18.11.2022** | Płatki **owsiane** (200ml),  chleb **pszenno-żytni(**30g)  z masłem**(z mleka)**(5g), polędwica rydzyńska(10g), papryka czerwona(10g), herbata malinowa(150ml) | Zupa pomidorowa**(**marchew, **seler**, por,  pietruszka, zioła, przecier pomidorowy)  z makaronem(**pszenica, jajko**)(200ml),  ziemniaki(100g), twarożek(**mleko**) z jogurtem naturalnym (**mleko)** i szczypiorkiem(40g), ogórek zielony(10g), kompot z czerwonej porzeczki(150ml), kiwi | Chałka  (**pszenica, jajko, mleko**) (40g) z masłem (**mleko**)(5g),herbata czarna z cytryną(150ml), brzoskwinia |

**Zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

**ZUPY I NAPOJE DOSŁADZANE SĄ MIODEM PSZCZELIM! (5g)**

**POTRAWY SMAŻONE PRZYGOTOWYWANE SĄ NA OLEJU RZEPAKOWYM I OLIWIE Z OLIWEK.**

**Informacja o alergenach lub substancjach powodujących reakcje nietolerancji występujących w gotowych potrawach przekazana jest w oparciu o rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) Nr 1169/2019 z dnia25.10.2011 w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności (w jadłospisie zaznaczono pogrubioną czcionką)**

**1.GLUTEN –** ziarna zbóż: pszenica, żyto, jęczmień, **8.ORZECHY** – migdały, laskowe, włoskie, orzechy owies, orkisz nerkowca, pistacje

**2.SKORUPIAKI** i produkty pochodne **9.SELER** i produkty pochodne

**3.JAJA** i produkty pochodne **10.GORCZYCA** i produkty pochodne

**4.RYBY** i produkty pochodne **11.NASIONA SEZAMU** i produkty pochodne

**5.ORZESZKI ZIEMNE** (arachidowe) i produkty pochodne **12.DWUTLENEK SIARKI**

**6.SOJA** i produkty pochodne **13.ŁUBIN** i produkty pochodne

**7.MLEKO** i produkty pochodne **14.MIĘCZAKI** i produkty pochodne

