|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DZIEŃ** | **ŚNIADANIE 830** | **OBIAD 1200** | **PODWIECZOREK 1430** |
| **Poniedzia-**  **łek**  **05.12.2022** | 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)  łazanki(**pszenica, jajko,** kapusta biała,  szynka b/k smażona)(100g),  kompot wieloowocowy  (śliwka, truskawka, jabłko)(150ml),  jabłko | Zapiekanka  (bułka **pszenna**)(40g)  z masłem(**mleko**)(5g), serem żółtym (**mleko**)(10g)  i ketchupem, herbata czarna z cytr.(150ml) |
| **Wtorek**  **06.12.2022** | Kawa inka(**jęczmień, żyto**)  z **mlekiem** (150ml),  bułka **pszenna**(30g) z masłem  (z **mleka**)(5g), twarożek (**mleko**) z papryką (30g), herbata czarna z cytryną(150ml), **orzechy włoskie** | Zupa kalafiorowa(marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła, kalafior)(200ml),  ziemniaki(100g), kotlety mielony drobiowy pieczony(**jajko,** filet drobiowy)(50g),  mizeria z jogurtem naturalnym(**mleko**)(20g)  woda(150ml) | Pieczywo **żytnie** (20g)  z masłem(**mleko**)(5g)  i dżemem morelowym(5g), herbata(150ml) |
| **Środa**  **07.12.2022** | 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 fasolowa(marchew,  **seler**, por, pietruszka, zioła, fasola szparagowa)(200ml),  pierogi z mięsem (**gluten,** łopatka  wieprzowa gotowana), kapusta kiszona(30g), kompot z czarnej porzeczki(150ml),  mandarynka | Sernik z brzoskwiniami  (**pszenica, jajko, mleko**)(50g), herbata(150ml) |
| **Czwartek**  **08.12.2022** | Kakao na **mleku** (150ml),  bułka **pszenna**(30g) z masłem  (z **mleka)**(5g), pasta **jajeczna (gorczyca, mleko)**(20g), pomidor(10g),  herbata czarna z cytryną (150ml),  **orzechy laskowe** | Zupa ogórkowa(marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła, ogórek kiszony)(200ml)  kluski śląskie(**pszenica, jajko**)(100g),  gulasz wieprzowy(**pszenica**, szynka b/k smażona)(50g), surówka z **selera,** kiwi i żurawiny(**gorczyca, jajko**)(30g),  woda(150ml) | Kisiel z kompotu (wyrób własny)(150ml), chrupki kukurydziane |
| **Piątek**  **09.12.2022** | Płatki **owsiane** (200ml),  chleb **pszenno-żytni(**30g)  z masłem**(z mleka)**(5g), pasta mięsna(kiełbasa śląska, **jajko, gorczyca**)(15g), papryka czerwona(10g), herbata malinowa(150ml) | Zupa ryżowa**(**marchew, **seler**, por,  pietruszka, zioła)(200ml),  ziemniaki(100g), kotlet **jajeczny**(40g),  surówka z kapusty kiszonej(30g), kompot z czerwonej porzeczki(150ml),  winogrono | 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

