|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DZIEŃ** | **ŚNIADANIE 830** | **OBIAD 1200** | **PODWIECZOREK 1430** |
| **Poniedzia-**  **łek**  **26.09.2022** | Płatki kukurydziane(**gluten**) z **mlekiem**(200ml),  chleb **pszenno-żytni(**30g)  z masłem**(z mleka)**(5g),  schab pieczony z przyprawami(15g),  pomidor(10g), kiełki rzodkiewki herbata owocowa(150ml) | Zupa kapuśniak(marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła, kapusta biała)(200ml)  makaron(**gluten, jajko**)(50g) z sosem pomidorowym(**gluten, mleko**)(30g),  kompot wieloowocowy  (śliwka, truskawka, jabłko)(150ml),  jabłko | Rogal  (**gluten, jajko, mleko**) (40g) z masłem (z **mleka**)(5g) i dżemem brzoskwiniowym(5g), herbata czarna z cytryną(150ml) |
| **Wtorek**  **27.09.2022** | Kakao na **mleku** (150ml),  bułka alpejska **(gluten)**(30g) z masłem  (z **mleka**)(5g), pasta z **tuńczyka,**  **jajka** i ogórka kiszonego(20g),  herbata czarna z cytryną(150ml),  **migdały** | Zupa kalafiorowa(marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła, kalafior)(200ml),  ziemniaki(100g), pulpety wieprzowe gotowane(**jajko)**(50g)  sałata z olejem(20g), woda(150ml) | Mus truskawkowy z jogurtem naturalnym  (z **mleka**)(100g),  chrupki kukurydziane |
| **Środa**  **28.09.2022** | Płatki **owsiane** z **mlekiem**(200ml),  chleb **pszenno-żytni**(30g) z masłem  **(z mleka)**(5g), ser żółty(z **mleka**)(10g),  **jajko** gotowane(5g), rzodkiewka(5g),  herbata owoce leśne(150ml) | Zupa krem z białych warzyw (marchew,  **seler**, por, pietruszka, zioła)(200ml),  ziemniaki(100g), fasolka po bretońsku  (**gluten**, kiełbasa śląska smażona, przecier pomidorowy, fasola jaś), kompot z czarnej porzeczki)(150ml), nektarynka | Ciasto marchewkowe (**gluten, jajko, orzechy włoskie**)(60g), herbata malinowa(150ml),  jabłko |
| **Czwartek**  **29.09.2022** | Kawa inka(**gluten**) z **mlekiem** (150ml),  bułka **pszenna**(30g) z masłem  (z **mleka)**(5g), twarożek (z **mleka**)  z brokułem(20g),  herbata czarna z cytryną (150ml),  **orzechy laskowe** | Rosół (marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła) (200ml) z makaronem(**gluten, jajko**)(200ml),  potrawka z kurczaka(**mleko, gluten**, podudzia drobiowe gotowane)(100g) z ryżem(30g), marchewka z groszkiem(20g),  woda(150ml) | Pieczywo **żytnie**(20g) z masłem(z **mleka**)(5g) i dżemem z czarnej porzeczki(5g),  herbata miętowa(150ml) |
| **Piątek**  **30.09.2022** | Płatki **jęczmienne** z **mlekiem** (200ml),  chlebwieloziarnisty  **pszenno-żytni(**30g)  z masłem**(z mleka)**(5g),  filet maślany z indyka(10g), papryka czerwona(10g), herbata malinowa(150ml) | Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem **(**marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła)(200ml),  ziemniaki(100g), filet z **miruny** pieczony(50g), surówka z kapusty kiszonej(20g),  kompot z czerwonej porzeczki(150ml), winogrono | **Jajecznica** na maśle  (z **mleka**)(50g),  chleb **pszenno-żytni**(30g) z masłem(z **mleka**)(5g), herbata czarna z cytryną (150ml) |

**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

