|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DZIEŃ** | **ŚNIADANIE 830** | **OBIAD 1200** | **PODWIECZOREK 1430** |
| **Poniedzia-**  **łek**  **03.10.2022** | Płatki kukurydziane(**gluten**) z **mlekiem**(200ml),  chleb **pszenno-żytni(**30g)  z masłem**(z mleka)**(5g),  polędwica rydzyńska(15g), pomidor(10g), ogórek zielony(5g)  herbata owocowa(150ml) | Zupa krupnik **(**marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła, kasza jęczmienna)(200ml),  Racuchy drożdżowe smażone(**gluten, jajko, mleko**)(100g) z sosem z czarnej porzeczki(dżem**, mleko**)(20g),  kompot wieloowocowy (śliwka, truskawka, jabłko)(150ml), arbuz | Bułka **pszenna**(30g)  z masłem (z **mleka**)(5g), ser żółty(z **mleka**)(10g), ogórek zielony(5g), sałata, kakao na **mleku(**150ml) |
| **Wtorek**  **04.10.2022** | Kawa inka(**gluten**) z **mlekiem** (150ml),  bułka **pszenna**(30g) z masłem  (z **mleka**)(5g), pasta **jajeczna**(**gorczyca, mleko**)(20g), papryka czerwona(5g) herbata czarna z cytryną(150ml)  słonecznik | Zupa brokułowa (marchew, **seler**, por, pietruszka, brokuł)(200ml),  makaron spaghetti(**gluten, jajko)** z sosem pomidorowym i mięsem wieprzowym  (**gluten**, szynka b/k smażona)(50g),  woda(150ml) | Budyń waniliowy  (**gluten, jajko, mleko**)  (100g), borówki |
| **Środa**  **05.10.2022** | Zupa **mleczna** z zacierką(200ml),  chleb **pszenno-żytni**(30g) z masłem  **(z mleka)**(5g), schab pieczony z przyprawami(10g), górek zielony(5g), **jajko** gotowane(5g),  herbata owoce leśne(150ml) | Zupa grochowa (marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła, groch)(200ml),  pierogi z mięsem(**gluten,** łopatka wieprzowa gotowana)(100g), kapusta kiszona(30g), kompot z czarnej porzeczki)(150ml),  pomarańcza | Babeczki jogurtowe (**gluten, jajko, mleko**)(40g)(, herbata czarna z cytryną(150ml), jabłko |
| **Czwartek**  **06.10.2022** | Kakao na **mleku** (150ml),  bułka **pszenna**(30g) z masłem  (z **mleka)**(5g), ser żółty (z **mleka**)(10g), pomidor(10g), rzodkiewka(5g),  herbata czarna z cytryną(150ml) | Zupa ryżowa (marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła, ryż)(200ml),  ziemniaki(100g), filet z piersi kurczaka panierowany w płatkach kukurydzianych smażony(**jajko, gluten**)(50g), surówka z kapusty pekińskiej z olejem(30g),  woda(150ml) | Naleśniki z jabłkami  (**gluten, jajko, mleko**) (smażone)(100g),  herbata miętowa(150ml) |
| **Piątek**  **07.10.2022** | Płatki ryżowe z **mlekiem** (200ml),  chleb **pszenno-żytni(**30g)  z masłem**(z mleka)**(5g),  pasta mięsna(kiełbasa śląska, **jajko, gorczyca**)(15g), pomidor(10g), sałata,  herbata malinowa(150ml) | Zupa pomidorowa**(**marchew, **seler**,  por, pietruszka, zioła, przecier pomidorowy) z lankami**(gluten, jajko**)(200ml),  ziemniaki(100g), twarożek (z **mleka**)z jogurtem naturalnym (z **mleka**)(40g), marchewka,  kompot z czerwonej porzeczki(150ml), winogrono | Chałka  (**gluten, jajko, mleko**) (40g), 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

