|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DZIEŃ** | **ŚNIADANIE 830** | **OBIAD 1200** | **PODWIECZOREK 1430** |
| **Poniedzia-**  **łek**  **24.10.2022** | Płatki kukurydziane(**gluten**) z **mlekiem**(200ml),  chleb **pszenno-żytni(**30g)  z masłem**(z mleka)**(5g),  pasta mięsna (kiełbasa śląska,  **jajko, gorczyca**)(15g),  papryka czerwona(5g), herbata owocowa(150ml) | Zupa ogórkowa (marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła, ogórek kiszony)  z ryżem(200ml),  makaron(**pszenica, jajko**) z serem(**mleko)(**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 cytryną(150ml) |
| **Wtorek**  **25.10.2022** | Kakao na **mleku** (150ml),  bułka **pszenna**(30g) z masłem  (z **mleka**)(5g), twarożek (z **mleka**)  z pomidorem(20g),  herbata czarna z cytryną(150ml), słonecznik | Zupa krem z dyni (marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła, dynia)(200ml),  ziemniaki(100g), podudzia drobiowe pieczone(50g), sałata z jogurtem naturalnym(**mleko**)(30g),  woda | Pieczywo **żytnie**(20g) z masłem (**mleko**)(5g) i dżemem truskawkowym(5g), herbata miętowa(150ml), mandarynka |
| **Środa**  **26.10.2022** | Płatki **owsiane** z **mlekiem**(200ml),  chleb **pszenno-żytni**(30g) z masłem  **(z mleka)**(5g), schab pieczony z przyprawami(10g), ogórek kiszony(5g), rzodkiewka(5g), herbata owoce leśne(150ml) | Zupa kalafiorowa (marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła, kalafior)(200ml),  pierogi z serem (**pszenica, mleko**)(100g)  i jogurtem naturalnym(**mleko**), marchewka(20g),  kompot z czarnej porzeczki)(150ml),  melon | Sernik  (**pszenica, jajko, mleko**)(50g)  (wyrób własny),  herbata malinowa(150ml) brzoskwinia |
| **Czwartek**  **27.10.2022** | Kawa inka(**jęczmień, żyto**)  z **mlekiem** (150ml),  bułka **pszenna**(30g) z masłem  (z **mleka)**(5g), ser żółty(z **mleka**)(10g),  **jajko** gotowane(5g), pomidor(10g)  herbata czarna z cytryną (150ml), | Zupa pomidorowa(marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła, przecier pomidorowy)  z lankami(**pszenica, jajko**)(200ml),  filet z piersi indyka(duszony) w sosie  serowo-brokułowym(**pszenica, mleko**)(100g)  z ryżem(30g), woda(150ml) | Sałatka owocowa  (banan, arbuz, jabłko, śliwka)(100g),  jogurt naturalny**(mleko)** |
| **Piątek**  **28.10.2022** | Płatki **jęczmienne** z **mlekiem** (200ml),  chleb **pszenno-żytni(**30g)  z masłem**(z mleka)**(5g),  szynka wykwintna(10g), papryka czerwona(10g), ogórek zielony(5g) herbata malinowa(150ml) | Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem **(**marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła)(200ml),  ziemniaki(100g), **śledź** z jogurtem naturalnym(**mleko**) i jabłkiem(60g)  kompot z czerwonej porzeczki(150ml), winogrono | Chałka  (**pszenica, jajko, mleko**) (40g) z masłem (**mleko**)(5g),herbata czarna z cytryną(150ml), ananas |

**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

