|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DZIEŃ** | **ŚNIADANIE 830** | **OBIAD 1200** | **PODWIECZOREK 1430** |
| **Poniedzia-**  **łek**  **28.11.2022** | 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 kapuśniak (marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła, kapusta kwaszona)(200ml)  ziemniaki(100g), **jajko** w sosie koperkowym (**pszenica, mleko**)(60g), marchewka z groszkiem(30g), kompot wieloowocowy  (śliwka, aronia, jabłko)(150ml),  jabłko | Drożdżówka z serem  (**pszenica, jajko, mleko**) (50g), herbata czarna z cytryną(150ml)  winogrono |
| **Wtorek**  **19.11.2022** | 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 krem z białych warzyw  (**seler**, por, pietruszka, zioła)(200ml),  makaron spaghetti(**pszenica, jajko**)(30g)  z sosem pomidorowym i mięsem wieprzowym (**pszenica**, szynka b/k smażona)(100g)  woda(150ml) | Mus truskawkowy z jogurtem naturalnym(**mleko**)(100g), wafle ryżowe |
| **Środa**  **30.11.2022** | Płatki **owsiane** z **mlekiem**(200ml),  chleb **pszenno-żytni**(30g)  z masłem**(z mleka)**(5g), szynka wykwintna(10g), pomidor(10g),  kiełki brokułu  herbata owoce leśne(150ml) | Zupa pomidorowa z ryżem  (marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła)(200ml),  pierogi leniwe(**pszenica, jajko, mleko)**(100g),  kompot z czarnej porzeczki(150ml),  sałatka owocowa | Ciasto drożdżowe ze śliwkami  (**pszenica, mleko, jajko)** (100g)(wyrób własny), herbata malinowa(150ml) |
| **Czwartek**  **01.12.2022** | Kawa inka(**jęczmień, żyto**)  z **mlekiem** (150ml),  bułka **pszenna**(30g) z masłem  (z **mleka)**(5g), ser żółty(z **mleka**)(10g),  rzodkiewka(5g), **jajko** gotowane(5g),  herbata czarna z cytryną (150ml),  **migdały** | Zupa brokułowa (marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła, brokuł)(200ml)  ziemniaki(100g) podudzia drobiowe pieczone(50g), surówka z kapusty pekińskiej(30g), woda(150ml) | Budyń waniliowy (**pszenica, jajko, mleko**) (wyrób własny)(100g), borówki |
| **Piątek**  **02.12.2022** | Płatki **jęczmienne** (200ml),  chleb **pszenno-żytni(**30g)  z masłem**(z mleka)**(5g), polędwica rydzyńska(10g), papryka czerwona(10g), herbata malinowa(150ml) | Zupa porowa **(**marchew, **seler**, por,  pietruszka, zioła)(200ml),  ryż na **mleku** z jabłkiem(100g), kompot z czerwonej porzeczki(150ml), ogórek zielony | Bułka **pszenna**(30g) z masłem(z **mleka)**(5g)  i dżemem z czarnej porzeczki(5g),  kakao na **mleku**(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

