|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DZIEŃ** | **ŚNIADANIE 830** | **OBIAD 1200** | **PODWIECZOREK 1430** |
| **Poniedzia-**  **łek**  **16.01.2023** | Płatki kukurydziane(**gluten**)  z **mlekiem**(200ml),  chleb **pszenno-żytni(**30g)  z masłem**(mleko)**(5g),  filet maślany z indyka(15g),  pomidor(5g), kiełki brokuła,  herbata owocowa(150ml) | Zupa pomidorowa  (marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła, przecier pomidorowy)(200ml)  łazanki (**pszenica, jajko**, kapusta biała,  szynka b/k smażona**)**(100g)  kompot wieloowocowy  (śliwka, czerwona porzeczka)(150ml), jabłko | Kisiel z kompotu  (wyrób własny)(150ml), chrupki kukurydziane |
| **Wtorek**  **17.01.2023** | Kakao na **mleku** (150ml),  bułka **pszenna**(30g) z masłem  **(mleko)(**5g), pasta z **tuńczyka, jajka**  i ogórka kiszonego(20g)  herbata czarna z cytryną(150ml),  **orzechy nerkowca** | Rosół  (marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła)  z makaronem(**pszenica, jajko**)(200ml)  potrawka z kurczaka(**mleko, pszenica,**  podudzia drobiowe gotowane)(100g) z ryżem(30g), marchewka z groszkiem(20g)  woda(150ml) | Naleśniki z jabłkami (**pszenica, jajko, mleko**) (smażone)(100g),  herbata z cytryną(150ml) |
| **Środa**  **18.01.2023** | Płatki ryżowe z **mlekiem**(200ml),  chleb wieloziarnisty **pszenno-żytni**(30g) z masłem**(mleko)**(5g),  ser żółty(10g), ogórek zielony(5g), rzodkiewka(5g)  herbata malinowa(150ml) | Zupa kapuśniak  (marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła,  kapusta kiszona)(200ml),  racuchy drożdżowe smażone (**gluten, jajko, mleko)**(100g) z sosem z czarnej porzeczki(dżem, **mleko**)(20g), kompot wieloowocowy  (jabłko truskawka, wiśnia(150ml) | Bułka **pszenna**(40g)  z masłem(**mleko**)(5g), kiełbaska leszczyńska grzana(30g), ketchup, herbata(150ml) |
| **Czwartek**  **19.01.2023** | Kawa inka(**jęczmień, żyto**)  z **mlekiem** (150ml),  bułka **pszenna**(30g)  z masłem(**mleko**)(5g) i dżemem truskawkowym(5g)  herbata owoce leśne(150ml),  **migdały** | Zupa krupnik  (marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła,  kasza pęczak)(200ml),  filet z piersi kurczaka(duszony) w sosie  serowo-brokułowym(**pszenica, mleko**)(100g) z makaronem(**pszenica**, **jajko**)(30g),  woda(150ml) | Budyń waniliowy (**pszenica, jajko, mleko**) (wyrób własny)(100g),  winogrono |
| **Piątek**  **20.01.2023** | Płatki **owsiane** z **mlekiem**(200ml),  chleb **pszenno-żytni(**30g)  z masłem **(mleko)**(5g),  pasta mięsna(kiełbasa śląska, **gorczyca, jajko**)(15g), papryka czerwona(5g), herbata malinowa(150ml), | Zupa krem z zielonego groszku  **(**marchew, **seler**, por, pietruszka, zioła)(200ml),  ziemniaki(100g), kotlet **jajeczny**(40g), mizeria(**mleko**)(20g), kompot z czerwonej porzeczki(150ml), kiwi | Pieczywo **żytnie**(20g) z masłem(**mleko**)(5g), i dżemem brzoskwiniowym(5g), herbata(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

