

09.03-13.03.2020

w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności, które ze szczególnym uwzględnieniem alergenów, muszą być łatwo dostępne tak, aby rodzic miał świadomość, że w odniesieniu do danej żywności występują kwestie związane z alergiami i nietolerancją pokarmową. W związku z powyższym przy jadłospisie będzie można znaleźć spis alergenów

Śniadanie

- Pieczywo mieszane razowe oraz z dodatkiem ziaren (słonecznik, dynia, orzechy), chleb pytlowy
- Mleko, kakao, kawa Inka,
- herbata z cytryną,
- Szyneczka
- Dodatkowo: jajko, ser żółty, sałata masłowa, pomidor, papryka, rzodkiewka, ogórek świeży i kiszony, szczypiorek

*mąka: pszenna, razowa, żytnia, mleko, jajka

- Pieczywo mieszane, razowe oraz z dodatkiem ziaren (słonecznik, dynia, orzechy), chleb pytlowy
- Mleko, kakao, kawa Inka,
- Herbata z cytryną
- Pasta z żółtego sera
- Dodatkowo: ser żółty, ogórek kiszony i świeży, pomidor, rzodkiewka, papryka, sałata masłowa, roszponka, szczypiorek

*mąka pszenna, razowa, żytnia mleko, jajka,

- Kaszka jaglana na mleku kokosowym z prażonymi płatkami owsianymi i słonecznikiem z nutą polewy porzeczkowej z miodem
- Pieczywo mieszane, razowe oraz z dodatkiem ziaren (słonecznik, dynia, orzechy), chleb pytlowy
- Mleko, kakao, kawa Inka,
- herbata z cytryną
- Pasztet drobiowy (wyrób własny)
- Dodatkowo: ser żółty, ogórek kiszony i świeży, pomidor, rzodkiewka, papryka, sałata masłowa, roszponka, szczypiorek

*mąka pszenna, razowa, żytnia mleko, jajka,

- Kaszka orkiszowa na mleku ryżowym i nuta jeżynową na miodzie. Pieczywo mieszane, razowe oraz z dodatkiem ziaren (słonecznika, dyni) chleb pytlowy
- Mleko, kakao, kawa Inka, herbata z cytryną,
- Twarożek ze szczypionkiem
- Dodatkowo: jajko, ogórek kiszony i świeży, pomidory, sałata, rzodkiewka, papryka, ser żółty, szczypiorek

*mąka pszenna, razowa, żytnia, mleko, jajka

- Pieczywo mieszane, razowe z dodatkiem ziaren (słonecznika, dyni, orzechów) chleb pytlowy
- Mleko, kakao, kawa Inka, herbata z cytryną
- Pasta z awokado
- Zupka mleczna z ryżem i malinami
- Dodatkowo: jajko, ogórek kiszony i świeży, pomidor, papryka, sałata masłowa, szczypiorek, rzodkiewka, roszponka, żółty ser
- *mąka pszenna, razowa, mleko, jajka, tuńczyk

*Alergeny pokarmowe

Podobiadek

Poniedziałek

Gruszki/Jabłuszka

czas na herbatkę

Wtorek

Galaretka owocowa

Czas na herbatkę

Środa

Sok owocowy

Ciasto z malinami

Czas na herbatkę

Czwartek

Jogurt z brzoskwińkami

Czas na herbatkę

Piątek

Pomarańcze

Czas na herbatkę

Obiad

- Znakomity krupnik z kaszą jęczmienną
 - Zapiekanka ryżowa z budyńniem i frużeliną wiśniową
 - Woda mineralna
- * mleko, seler, jaja, mąka pszenna
Dieta bezmleczna- polewa malinowa, kotleciki jaglane

- Gorący rosółek drobiowy z makaronem
 - Medaliony drobiowe, ziemniaczki z koperkiem, mizeria
 - Woda mineralna
- *seler, mleko, mąka pszenna
Dieta bezglutenowa- makaron bezglutenowy
Dieta bezmięśna- kotlet z marchewki

- Agramatyczny krem z pieczonego buraka z płatkami migdałowymi
 - Pulpeciki jaglano-kalafiorowe, dip ziołowy, surówka z białej kapusty z marchewką i świeżą natką pietruszki.
 - Woda mineralna
- *seler, mleko, mąka pszenna

- Smaczny zupka jarzynowa z czerwoną soczewicą
 - Potrawka drobiowo warzywna, ryż brązowy, ogórek kiszony
 - Woda mineralna
- *seler, mleko, mąka pszenna

- Wyśmienity zupka gulaszowa
 - Kotleciki z jajeczka, ziemniaczki z koperkiem, talarki marchewkowe na parze.
 - Kompot wiśniowy
- *seler, mleko, mąka pszenna

Podwieczorek

Pieczywo mieszane, , sałata, pomidor, ogórek kiszony, szczypiorek, papryka
*mąka, pszenna, razowa, orkisz, mleko

Herbata z owoców leśnych.

Pieczywo mieszane, ser żółty, pomidor, ogórek, jajko, szczypiorek.
Marchewka do chrupania

Herbata żurawinowa

*mąka pszenna, mąka razowa, żelatyna

Chleb razowy z słonecznikiem, szynka bez konserwantów, ser żółty, pomidor, ogórek świeży, jajko, szczypiorek, rzodkiewka,
Miód z pasieki ekologicznej

Herbata żurawinowa

*mąka pszenna, mąka razowa,

Pieczywo mieszane, ser żółty, pomidor, ogórek, jajko, szczypiorek.
Jabłuszko do chrupania.

Herbata z aronii.

Ciasteczka pieguski

*mąka pszenna, razowa, jajka, mleko

Herbata jabłkowa