

24.01 – 28.01.2022

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

8:30 – 09:00

- Zupka mleczna z płatkami orkiszowymi (100ml)
 - Chlebek mieszany, razowy, bułka weka z lnem
 - Mleko, kakao, kawa Inka,
 - herbata z cytryną,
 - Serek żółty (30g)
 - **Wędlinka ze spiżarni (60g)**
 - Dodatkowo: jajko, ser żółty, sałata masłowa, pomidor, papryka, rzodkiewka, ogórek świeży i kiszony, szczypiorek, masło (20g)
- *mąka: pszenna, razowa, żytnia, mleko, jajka

Podobiadek

10:00 – 10:15

Talerz owoców
Jabłko (100g)

Obiad I/II danie

11:00 – 11:30 / 13:30 – 14:00

- Zupka Tygryska - ogórkowa z ziemniaczkami (200g)
 - Makaron z białym serem i polewą brzoskwiową (150g)
 - Woda mineralna / kompicik wielowocowy
- * mąka, jaja, drożdżowe, seler, pietruszka, gluten, nabiał

Dieta bezmleczna- polewa malinowa, kotleciki jaglane

Podwieczorek

15:30 – 15:45

- Pieczywo mieszane, powidła wiśniowe, świeże warzywa

Chrupiące rarytasy
banan (100g)

woda mineralna

Poniedziałek

Wtorek

- **Pasta z zielonego groszku (30g)**
 - Chlebek pszenny, razowy ze słoneczkiem, bułka weka
 - **Wędlinka ze spiżarni (60g)**
 - Mleko, kakao, kawa Inka,
 - Herbata z cytryną
 - Dodatkowo: ser żółty (30g), ogórek kiszony i świeży, pomidor, rzodkiewka, papryka, sałata masłowa, roszponka, szczypiorek
- *mąka pszenna, razowa, żytnia mleko, jajka,

Talerz owoców
mandarynka (1szt)

- Zupka Prosiaczka - rosół drobiowy z ryżem (200g)
- Pulpeciki drobiowe w sosie pomidorowym (100g), ziemniaczki puree (80g), kalafior na parze (80g)

*jajka, gluten, seler, pietruszka

Dieta bezglutenowa- makaron bezglutenowy

Dieta bezmięsa- kotlet z marchewki

- Pieczywo mieszane, powidła jagodowe, świeże warzywa

Chrupiące rarytasy
gruszka (100g)

woda mineralna

Środa

- **Paszтет z indyka (30g)**
 - Chlebek pszenny, razowy, bułka weka
 - **Wędlinka ze spiżarni (60g)**
 - **Serek żółty (30g)**
 - Mleko, kakao, kawa Inka,
 - herbata z cytryną
 - Dodatkowo: ogórek kiszony i świeży, pomidor, rzodkiewka, papryka, sałata masłowa, roszponka, szczypiorek
- *mąka pszenna, razowa, żytnia mleko, jajka,

Sok dziki z natury (100ml)

Ciasto cytrynowe
(1szt/os)

- Zupka Kubusia - zupka meksykańska (200g)
 - Pierozki leniwe (200g) na słodko z surówką z marchewki z mandarynką
 - Woda mineralna / kompicik wielowocowy
- *jaja, gluten, seler, pietruszka, migdały

- Pieczywo mieszane, miód z pasieki, świeże warzywa

Chrupiące rarytasy
jabłko (100g)

woda mineralna

Czwartek

- **Twarożek z ogórkiem zielonym (30g)**
 - Chlebek wiejski, razowy, pszenny, bułka weka
 - **Wędlinka ze spiżarni (60g)**
 - **Serek żółty (30g)**
 - Mleko, kakao, kawa Inka, herbata z cytryną,
 - Dodatkowo: jajko, ogórek kiszony i świeży, pomidory, sałata, rzodkiewka, papryka, ser żółty, szczypiorek
- *mąka pszenna, razowa, żytnia, mleko, jajka

Talerz owoców
banan
(100g)

- Zupka Krzysia - krem duszonego pora (200g)
 - Pieczeń z kaczki w sosie własnym (80g), kasza pęczak (50g) fasolka szparagowa na masetku (50g)
 - Woda mineralna / kompicik wielowocowy
- *jaja, gluten, seler, pietruszka

- Wafelki ryżowe powidła gruszkowe

woda mineralna

Piątek

- **Zupka mleczna kaszką manną (60g)**
- **Pasta z jajka (30g)**
- **Wędlinka ze spiżarni (60g)**
- Chlebek pszenny, razowy, bułka weka
- Mleko, kakao, kawa Inka, herbata z cytryną
- Dodatkowo: jajko, ogórek kiszony i świeży, pomidor, papryka, sałata masłowa, szczypiorek, rzodkiewka, roszponka, żółty ser
- *mąka pszenna, razowa, mleko, jajka, tuńczyk

Talerz owoców
pomarańcze
(100g)

- Zupka Kłopotuchego - barszcz czerwony z ziemniaczkami (200g)
 - Rybka w cieście (80g) z ziemniaczkami puree (80g) surówka z kiszonej kapusty z natką pietruszki (50g)
 - Dieta bezmięsa - kotleciki warzywne.
- *jajka, seler, pietruszka, gluten, nabiał

Babka drożdżowa z kruszonką (wypiek własny)

woda mineralna

*Alergeny pokarmowe