

30.01 – 03.02.2023

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

Podobiadek
10:00 – 10:15

Obiad I/II danie
11:00 – 11:30 / 13:30 – 14:00

Podwieczorek
15:30 – 15:45

Poniedziałek

- Chlebek mieszany, razowy, bułka weka z Inem
 - Mleko, kakao, kawa Inka,
 - herbata z cytryną,
 - Serek żółty (30g)
 - Dodatkowo: jajko, ser żółty, sałata masłowa, pomidor, papryka, rzodkiewka, ogórek świeży i kiszony, szczypiorek, masło (20g)
- *mąka: pszenna, razowa, żytnia, mleko, jajka

Talerz owoców
gruszka (100g)

- Zupka Chudego – kapuśniaczek (200g)
 - Pancakes z białym serkiem i musem brzoskwiowym (250g)
 - Woda mineralna / kompocik wieloowocowy
- * mąka, jaja, drożdżowe, seler, pietruszka, gluten, nabiał

Dieta bezmleczna- pancakes bananowe

- Kanapeczki ze świeżymi warzywami

Chrupiące rarytasy mandarynka (100g)

woda mineralna

Wtorek

- **Pasta z czerwonej fasoli (30g)**
 - Chlebek pszenny, razowy ze słonecznikiem, bułka weka
 - **Wędlinka ze spiżarni (30g)**
 - 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
banan (100g)

- Zupka Buzza Astrala – pomidorowa z ryżem i śmietanką (200g)
 - Pieczeń rzymska z czerwoną papryką (80g), ziemniaczki puree (50g) buraczki z cebulką (50g)
 - Woda mineralna / kompocik wieloowocowy
- *jajka, gluten, seler, pietruszka
- Dieta bezglutenowa- makaron bezglutenowy
- Dieta bezmięсна- pieczeń warzywna z cebulką

- Kanapeczki z powidłami

Chrupiące rarytasy żurawina (100g)

woda mineralna

Środa

- **Kiełbaski cielaszki z ketchupem (30g)**
 - Chlebek pszenny, razowy, bułka weka
 - **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 królewski
(jabłko, marchew, cytryna)

Ciasto z galaretką owocową
(100g)

- Zupka Pana Bulwy – krem z brokuła z płatkami migdałowymi (200g)
 - Pierogi ruskie kraszone smażoną cebulką, śmietana
 - Woda mineralna / kompocik wieloowocowy
 - Dieta bezmleczna – pierogi z ziemniaczkami
- *jaja, gluten, seler, pietruszka, migdały, miód

- Kanapeczki z miodem

Chrupiące rarytasy marchewka (100g)

woda mineralna

Czwartek

- **Twarożek na słodko z dodatkiem wanilii (30g)**
 - Chlebek wiejski, razowy, pszenny, bułka weka
 - **Wędlinka drobiowa (60g)**
 - 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
pomarańcza
(100g)

- Zupka Cienkiego – fasolowa z kiełbaską (200g)
 - Zapiekanek ryżowa z kurczakiem z sosem beszamelowym i warzywami (250g)
 - Woda mineralna / kompocik wieloowocowy
 - Dieta bezmięśna – zapiekanka warzywna
 - Dieta bezmleczna – sos szczypiorkowy
- *jaja, gluten, seler, pietruszka

- Kanapeczki z warzywami i powidłami

woda mineralna

Piątek

- **Pasta z jajka ze szczypiorkiem (30g)**
- **Serek żółty (30g)**
- **Kaszka manna na mleku (30g)**
- 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
Jabłko
(100g)

- Zupka Rexa – krupnik z kaszą jaglaną z natką pietruszki (200g)
 - Pulpeciki rybne z koperkiem (80g), ziemniaczki (80g), ogórek kiszony z jabłkiem i marchewką (80g)
 - Dieta bezmięśna – kotleciki z kalafiora.
- *jajka, seler, pietruszka, gluten, nabiał

Ciasto szpinakowe
(wypiek własny)

woda mineralna

*Alergeny pokarmowe

* Intendent zastrzega sobie prawo do modyfikacji jadłospis (ewentualne w zmiany w jadłospisie zostaną podane na tablicy ogłoszeń oraz na stronie internetowej placówki)