

# Jadłospis

## JADŁOSPIS TYGODNIOWY

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 20.06.2022	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi(200ml) Bułki pszenne (25g) z masłem (5g), z białym twarogiem na słodko(10g) lub z żółtym serem(5g) ,pomidorem(5g), i ogórkiem zielonym(5g) Herbata cytrynowo- miętowa (200ml). II śniadanie: jabłko Alergeny: 1,3,7,15	Zupa jarzynowa na wywarze drobiowym z wkładką mięsną(250ml), Spaghetti z sosem mięsno- pomidorowym (180g). Kompot wieloowocowy(200ml). Alergeny: 1,3,4, 9	Budyń czekoladowy (60g), ciasteczko owsiane Alergeny: 1
<b>WTOREK</b> 21.06.2022	Kanapki z chleba mieszanego: pszenny(20g),graham(20g), gwarek(25g), słoneczny(25g) z masłem(5g), z pastą z jajka, sera żółtego i szczypiorku(10g) lub żółtym serem (5g) i rzodkiewką (5g). Kakao (200ml). II śniadanie: banan Alergeny: 1,7	Kremowa zupa porowa z wkładką mięsną na wywarze drobiowym zabieleną śmietaną(250ml), racuchy z sosem malinowym (180g). Kompot wieloowocowy(200ml). Alergeny: 1,3,7,9	Muffinki cytrynowe (60g)- wypiek własny, kawa zbożowa na mleku (200ml) Alergeny: 1,3,7
<b>ŚRODA</b> 22.06.2022	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (200ml) Kanapki z chleba mieszanego: pszenny(20g),graham(20g), gwarek(25g), słoneczny(25g) z masłem(5g) szynką (10g), żółtym serem (5g), ogórkiem zielonym (5g). Kakao(200ml). II śniadanie: truskawki Alergeny: 1,7	Zupa kalafiorowa z ziemniakami na wywarze drobiowym zabieleną śmietaną(250ml), Południczki wieprzowe w sosie koperkowym( 80g),ziemniaki puree(120g), brokuły zapiekane z migdałami (100g). Kompot wieloowocowy(200ml). Alergeny: 1,7,9	Ptasie mleczko (60g)- wyrób własny, Alergeny: 1,3,7
<b>CZWARTEK</b> 23.06.2022	Kanapki z chleba mieszanego: pszenny(20g),graham(20g), gwarek(25g), słoneczny(25g) z masłem(5g), szynką(5g), żółtym serem(5g), pomidorem(5g), rzodkiewką(5g). Kakao(200ml). II śniadanie: jabłko Alergeny: 1,7	Krem z białych warzyw na wywarze drobiowym zabieleny śmietaną(250ml), Kotlety z mięsa drobiowego(60g) ziemniaki puree (120g) marchewka z groszkiem(100g) Kiwi. Kompot wieloowocowy(200ml) Alergeny: 1,7,9	Babka kokosowa (60g)- wypiek własny, Mleko z miodem(200ml) Alergeny: 1,7
<b>PIĄTEK</b> 24.06.2022	Kanapki z chleba mieszanego: pszenny(20g),graham(20g), gwarek(25g), słoneczny(25g) z masłem(5g) z pastą z tuńczyka, jajka i szczypiorku(10g)lub serem żółtym(10g) i ogórkiem kiszonym(5g). Kakao(200ml) II śniadanie: banan Alergeny: 1,3,7	Żurek na wywarze drobiowym zabieleną śmietaną (250ml), filet z dorsza w parmezanie(60g) ziemniaki puree(120g) mizeria(100g). Kompot truskawkowy(200ml). Alergeny: 1,7,9	Galaretką z owocami i jogurtem z nasionami chia (60g) Alergeny 1,7

### LISTA ALERGENÓW:

- Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, pszenica orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne.
- Skorupiaki i produkty pochodne.
- Jaja i produkty pochodne.
- Ryby i produkty pochodne.
- Orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) i produkty pochodne.
- Soja i produkty pochodne.
- Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą).
- Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland i produkty pochodne.
- Seler i produkty pochodne.
- Gorczyca i produkty pochodne.
- Nasiona sezamu i produkty pochodne.

12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO<sub>2</sub>.
13. Łubin i produkty pochodne.
14. Mięczaki i produkty pochodne.
15. Cytrusy

**Napoje dosładzane miodem, woda źródlana dostępna w salach bez ograniczeń.**

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (kakao, herbata, kawa zbożowa, produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: gluten, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, sól sodowo- potasowa, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek oregano, bazylika, tymianek, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muskatołowa, cynamon, kminek, kumin rzymski, curry, czosnek, rozmaryn, imbir suszony.