

Jadłospis

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
13,10,25 Poniedziałek	Pieczywo mieszane z masłem, szynka drobiowa, pomidor, szczypiorek, sałata zielona – kawa na mleku -owoc (1,2)	Zupa żurek z ziemniakami i kielbaską ziel. Piotr. Naleśniki szpinakowe z dżemem- kompot (2,1)	Bułka wieloziarnista z pastą rybną z warzywami - herbata ziołowa (8,2)
14,10,25 Wtorek	Bułka wieloziarnista z masłem , ser żółty, papryka czerwona -kawa na mleku– owoc(1,2,)	Zupa brokułowa z makaronem ziel. piotr. Zapiekanka z ziemniaków z kielbaską, boczkiem i warzywami – maślanka(1,2)	Ciasto drożdżowe z owocami i kruszonką - kakao
15,10,25 Środa	Marchewkowa owsianka na mleku z bakaliami, chałka z masłem – herbata ziołowa - owoc (1,2,3)	Zupa ogórkowa z ryżem ziel. Piotr. Szyncełki drobiowe , ziemniaki z koperkiem, marchewka z groszkiem - kompot (1,2,3)	Jogurt naturalny z truskawkami i sezamem biszkopt (1,2,7)
16,10,25 Czwartek	Pieczywo wieloziarniste, serek z bananem - herbata z cytryną– jabłko (1,2,)	Zupa krupnik ziel. Piotr. Pieczeń wieprzowa w sosie własnym, ziemniaki z koperkiem surówka z kapusty pekińskiej - kompot	Budyń z kaszy jaglanej z musem malinowym – herbata ziołowa (1,2,3,10)
17,10,25 Piątek	Pieczywo mieszane z pasztetem drobiowym, ogórek kiszony- kawa na mleku– owoc (1,2,4)	Zupa krem z jarzyn z makaronem orzo ziel. Piotr. Ryż na mleku z musem jabłkowym z cynamonem i śmietaną- kompot	Zapiekanki z wędliną i warzywami, serek mozzarella- herbata ziołowa (1,2,)
20,10,25 Poniedziałek	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, paluch z ziarnami masłem, dżem truskawkowy – herbata ziołowa-owoc(1,2,)	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami ziel. Piotr. Łazanki z kapustą i mięsem - kompot 1,2,3,	Grysik na mleku z tartą czekoladą, -mandarynka(1,2,)
21,10,25 Wtorek	Pieczywo mieszane z pastą jajeczną z szczypiorkiem, pomidor, ogórek zielony – kawa na mleku – owoc (1,2)	Zupa koperkowa z kluseczkami ziel. Piotr. Gulasz z indyka, kasza mieszana ,sałatka szwedzka - kompot	Kisiel owocowy, banan- herbata ziołowa(1,2)
22,10,25 Środa	Pieczywo mieszane z twarogiem z rzodkiewką i szczypiorkiem – kawa na mleku – owoc (1,2,8)	Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym ziel. Piotr. Pieczeń rzymska z sosem pieczarkowym, ziemniaki , marchewka z chrzanem -kompot (1,2,3)	Galaretka wieloowocowa z jogurtem naturalnym ,jabłko, wafelek(1,2)
23,10,25 Czwartek	Zupa mleczna z kaszy kus-kus z miodem, pieczywo wieloziarniste z masłem, ser żółty, ogórek zielony- herbata ziołowa- owoc	Zupa pomidorowa z makaronem ziel. Piotr. Risotto z ryżu brązowego z filetem z kurczaka i warzywami - kompot	Rogal maślany z masłem – kakao
24,10,25 Piątek	Pieczywo wieloziarniste z masłem, kielbasa krakowska, pomidor, ogórek zielony – kawa na mleku - owoc(1,2)	Zupa grysikowa ziel. Piotr. Filet z miruny, ziemniaki z koperkiem, kapusta kiszona duszona- kompot(1,2,3)	Serek waniliowy, bułka wieloziarnista – herbata ziołowa(1,2,)

Woda do picia między posiłkami.

Mleko, herbaty i napoje słodzone cukrem do 10 g / 250 ml.

Zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady Nr 1169/2011 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.

Czysta woda do picia między posiłkami Cyferkami zaznaczono alergeny pokarmowe -

Drogi Rodzicu (Opiekunie)!

W naszej kuchni używane są produkty zawierające alergeny pokarmowe i

produkty powodujące nietolerancje pokarmowe, w tym produkty zawierające

„ŚLADOWE ILOŚCI ALERGENÓW” lub „MOGĄCE ZAWIERAĆ ALERGENY”

wymienione w tabeli poniżej:

Lp.	Alergen wg rozporządzenia	Produkty
1	ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN	mąka pszenna, płatki owsiane, kukurydziane, kasza manna, kuskus, kasza jęczmienna, makaron, bułka tarta, kawa inka, groszek ptysiowy, grzanki, biszkopty, pieczywo białe pszenne, żytnie, bułka pszenna, otręby, ciasta, kisiel, rodzynki
2	MLEKO	mleko, masło, jogurt, ser, twaróg – ser biały, margaryna, śmietana, maślanka, kefir, kisiel, budyń, wędlina,
3	JAJA	jaja, biszkopty, wypieki, ciastka, makaron jajeczny
4	RYBY	ryby surowe – mrożone, przetworzone – konserwy rybne: tuńczyk w oleju, makrele w pomidorach i w oleju, łosoś w pomidorach i oleju
5	SOJA	grzanki
6	SELER	seler jako korzeń i lodyga, wędlina
7	GORCZYCA	musztarda, wędlina, produkty mięsne, przyprawa Carry, mieszanki przypraw
8	NASIONA SEZAMU	ziarno sezamowe, masło sezamowe, bułki, wypieki, płatki śniadaniowe, desery, rodzynki
9	SKORUPIAKI BRAK	
10	ORZECZY	krem orzechowy do smarowania pieczywa, bakalie, desery, wypieki, ciasta, wiórki kokosowe
11	DWUTLENEK SIARKI	owoce suszone – w szczególności te, które muszą zachować jasny kolor, np. morela

12	MIÓD	miód
13	ORZESZKI ZIEMNE	masło arachidowe, bakalie
14	MIĘCZAKI BRAK	