

JADŁOSPIS

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 20.01.2025	Płatki jaglane na mleku – 200 ml, pieczywo mieszane- 60g, (pszenny, orkisz) masło-5g, szynka eko - 20 g, rzodkiewka – 10g, papryka żółta 10 g, banan– 150 g, herbatka owocowa- 200 ml <u>Alergeny:</u> gluten, mleko, kcal-350	Pierogi z serem białym – 150 g, z musem truskawkowym, słupki marchewki 50 g, owoce suszone – 20 g, orzechy nerkowca – 10 g, kompot owocowy 200 ml, <u>Alergeny:</u> mleko, gluten, jaja, orzechy kcal-480	Zupa z soczewicą czerwoną z ziemniakami - 250ml, tosty-30g,(pszenne) masło-5g, z serem żółtym – 20 g, szynką – 10 g pomidor – 10 g, ogórek kiszony – 10 g, herbatka z miodem i cytryną 150 ml <u>Alergeny:</u> , mleko, gluten, seler, kcal-350
WTOREK 21.01.2025	Pieczywo mieszane- 60g, (pszenny, razowy) z masłem- 5g, szwedzki stół: mozzarella 15g, kielbasa krakowska – 10 g, szynka z indyka – 10 g, jajko –30 g, pomidor – 10 g, papryka kolorowa – 10 g, mandarynka– 100 g, herbatka zielona – 150 ml <u>Alergeny:</u> gluten, mleko, jaja kcal-350	Kotlet schabowy 60 g (smażony), ziemniaki z koperkiem – 150 g kapusta biała zasmażana -100g, kompot owocowy – 150 ml <u>Alergeny:</u> , mleko, gluten, jaja kcal-500	Rosół z makaronem -250ml (Bułeczka wrocławska (pszenna) - 30 g z masłem – 5 g, koktajl jogurtowy z owocami 200 ml, <u>Alergeny:</u> , mleko, gluten, seler, jaja kcal-350
ŚRODA 22.01.2025	Zacierki na mleku – 200 ml Bułeczki mieszane -60g, z masłem -5 g, ala nutella (banan, awokado, kakao) herbata miętowa - 150ml, słupki marchewki – 10 g, słupki kalarepki – 10 g, jabłko – 150 g, herbatka melisa– 200 ml <u>Alergeny:</u> gluten, mleko, jaja kcal-350	Potrawka z kurczaka 60g z warzywami 50g (marchew, seler, pietruszka, groszek) - 50g pomidorki koktajlowe – 50 g, ryż paraboiled – 50g kompot owocowy -150 ml, <u>Alergeny:</u> gluten, mleko, seler kcal-480	Zupa barszcz ukraiński z ziemniakami -250 pieczywo mieszane -60g, (pszenne, żytni ze słonecznikiem) masło-5g, szynka wiejska -20 g ogórek kiszony -10 g, rzodkiewka – 10 g, Bawarka – 200 ml <u>Alergeny:</u> mleko, gluten, seler kcal-350
CZWARTEK 23.01.2025	Kawa zbożowa na mleku – 200 ml, Pieczywo mieszane -60g,(pszenne, żytnie z siemieniem) z masłem -5g, pasta z jajeczna z tuńczykiem-50g, ogórek zielony- 10g, papryka czerwona 10 g, pomarańcza -150 g <u>Alergeny:</u> gluten, mleko, jaja, ryba kcal-340	Indyk duszony 50g, z marchewką i suszonymi pomidorkami 50 g, makaron świderki –50 g, słupki ogórka kiszzonego – 50 g kompot owocowy -150 ml <u>Alergeny:</u> mleko, gluten, jaja kcal-500	Zupa szpinakowa z ziemniakami -250g, twarożek ala danio z musem brzoskwiniowym– 200 ml, bułka orkiszowa – 30 g, z masłem – 5 g, herbatka zimowa – 200 ml <u>Alergeny:</u> , mleko, seler, gluten, kcal-350
PIĄTEK 24.01.2025	Kasza manna na mleku -200 ml, pieczywo mieszane - 60g,(pszenne, orkiszowe) masło-5g, parówka z szynki - 50 g, ketchup – 15 g, pomidor – 15 g, sałata lodowa – 5 g, gruszka – 150 g, herbatka rumiankowa – 150 ml <u>Alergeny:</u> gluten, mleko, kcal-350	Miruna smażona – 60 g, surówka z kapusty kiszzonej, jabłka z oliwką - 100 g, ziemniaki got z koperkiem– 150 g, kompot owocowy -150 ml, <u>Alergeny:</u> , mleko, gluten, ryby, jaja kcal-500	Zupa paprykowa z ryżem 250ml,– 80 g, chlebek bananowy własnego wyrobu - 50 g, mleczko truskawkowe – 200 ml <u>Alergeny:</u> , mleko, gluten, jaja, seler kcal-350

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie i mogących występować w posiłkach: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, orzeszki ziemne/ arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, pistacja), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyn(E220).