

# JADŁOSPIS

| DATA                           | ŚNIADANIE   | ZUPA   | DANIE GŁÓWNE  | PODWIECZOREK   |
|--------------------------------|---|--|---|--|
| 02.01.2023<br>( poniedziałek ) | Makaron na mleku,<br>Chleb z masłem z pastą z fasoli białej z cebulą ,<br>Herbata owocowa           | Zupa jarzynowa   | Dorsz w sosie jarzynowym po grecku, ziemniaki z koperkiem,<br>Kompot gruszkowy  | Koktajl bananowy na jogurcie ,<br>Chrupki kukurydziane                           |
| <b>Alergeny</b>                | <b>Mleko, zboża zawierające gluten,( pszenica-żyto ),</b>   | <b>Seler,</b>  | <b>Ryby, seler</b>  | <b>Mleko,</b>  |
| 03.01.2023<br>( wtorek )       | Ryż na mleku,<br>Chleb żytni z masłem, serkiem śmietankowym i świeżym ogórkiem,<br>Herbata owocowa  | Zupa wiedeńska z kaszą manną                               | Gulasz wieprzowy w sosie pomidorowym z kaszą orkiszową, kalafior na parze,<br>Kompot jabłkowy                           | Ciasteczka z białej fasoli z suszoną morelą i wiśniami,<br>Kawa zbożowa na mleku |
| <b>Alergeny</b>                | <b>Mleko, zboża zawierające gluten( żyto),</b>  | <b>Seler, zboża zawierające gluten( pszenica), mleko</b>   | <b>Zboża zawierające gluten(pszenica), seler, mleko</b>   | <b>Mleko, zboża zawierające gluten(pszenica-żyto-jęczmień)masło orzechowe</b>    |
| 04.01.2023<br>( środa )        | Płatki kukurydziane na mleku, chleb mieszany z masłem, sałatą, szynką i papryką,<br>Herbata miętowa | Krem z białych warzyw z grzankami                          | Kopytka szpinakowe, mini marchewki z sezamem,<br>Kompot owocowy   | Pana cotta truskawkowa,<br>Kiwi  |
| <b>Alergeny</b>                | <b>Zboża zawierające gluten(pszenica-żyto), mleko</b>   | <b>Seler, zboża zawierające gluten( pszenica-żyto)</b>     | <b>Zboża zawierające( pszenica), jaja,</b>  | <b>Mleko,</b>  |
| 05.01.2023<br>( czwartek )     | Kasza jagłana na mleku,<br>Bułka z masłem mozzarellą i pomidorem,<br>Herbata owocowa                | Zupa buraczkowa z kulkami ciecierzycy na wywarze warzywnym | Pieczony kotlet z kaszy jęczmiennej i mięsa, ziemniaki puree, surówka z marchewki,<br>Kompot wiśniowy                   | Jogurt z płatkami, bananem i słonecznikiem,<br>Mandarynka                        |
| <b>Alergeny</b>                | <b>Mleko, zboża zawierające gluten ( pszenica-żyto)</b>   | <b>Seler, mleko</b>  | <b>Mleko, zboża zawierające gluten(jęczmień), jaja</b>  | <b>Mleko</b>   |
| 06.01.2023<br>( piątek )       |   |  |   |  |
| <b>Alergeny</b>                |   |  |   |  |
| 09.01.2023<br>( poniedziałek ) | Kakao na mleku,<br>Chleb pszenno-żytni z masłem, serem żółtym gouda i papryką,<br>Herbata owocowa   | Zupa wielowarzywna ,<br>Chleb pszenno-żytni                | Ryba w cieście naleśnikowym, ziemniaki z koperkiem, surówka z kiszonej kapusty, marchwi,<br>Kompot śliwkowy z daktylami | Ciasto marchewkowe z serkiem orzechowym i pestkami granatu,                      |

# JADŁOSPIS

|                         |   |   |  |  |
|-------------------------|---|---|--|--|
| <b>Alergeny</b>         | <b>Mleko, zboża zawierające gluten( pszenica-żyto), jaja</b>  | <b>Seler, zboża zawierające gluten(pszenica, żyto)</b>        | <b>Mleko, zboża zawierające gluten( pszenica),ryby , jaja</b>  | <b>Mleko, orzechy, jaja, zboża zawierające gluten( pszenica)</b> |
| 10.01.23<br>(wtorek )   | Płatki orkiszowe na mleku, chleb mieszany z masłem, sałatą, pieczonym filetem z indyka, ogórek zielony w słupki, Herbata z cytryną i miodem | Rosół z kurczaka z makaronem                                  | Knedle z mięsem, surówka z czerwonej kapusty i jabłka, Kompot owocowy                                    | Budyń waniliowy z sosem malinowym                                |
| <b>Alergeny</b>         | <b>Mleko, zboża zawierające gluten( pszenica, żyto, orkisz)</b>   | <b>Seler, zboża zawierające gluten( pszenica)</b>             | <b>Zboża zawierające gluten(pszenica), jaja, seler,</b>  | <b>Mleko, jaja</b>   |
| 11.01.23<br>(środa)     | Płatki jaglane na mleku, chleb pszenno-żytni z masłem, pasztecik warzywno- drobiowy, Herbata owocowa  | Krem z groszku na wywarze warzywnym                           | Pęczotto z kurczakiem i warzywami, Kompot wiśniowy   | Owocowy talerzyk   |
| <b>Alergeny</b>         | <b>Mleko, zboża zawierające gluten( pszenica, żyto), seler, jaja</b>  | <b>Seler, zboża zawierające gluten(żyto, pszenica), mleko</b> | <b>Zboża zawierające gluten( jęczmień),</b>  |  |
| 12.01.23<br>(czwartek ) | Płatki ryżowe na mleku, chleb żytni z masłem, pastą jajeczną, szczypiorkiem, ogórek kiszony, Herbata roiboss z pomarańczą                   | Zupa gulaszowa  | Naleśniki z twarogiem i borówkami, Kompot wieloowocowy   | Kanapka z dżemem truskawkowym, Mleko                             |
| <b>Alergeny</b>         | <b>Zboża zawierające gluten( żytni ), mleko, jaja</b>   | <b>Seler,</b>   | <b>Zboża zawierające gluten( pszenica), jaja, mleko</b>  | <b>Mleko, zboża zawierające gluten(pszenica-żyto)</b>            |
| 13.01.23<br>(piątek )   | Kakao na mleku, chleb pszenno-żytni z masłem, serem gouda, ogórkiem kiszonym, Herbata owocowa   | Kem z dyni na wywarze warzywnym z nasionami słonecznika       | Filet z indyka w sosie śmietankowo-pietruszkowym z kaszą gryczaną, surówka z buraczków, kompot jabłkowy, | Chałka z kremem czekoladowym z awokado, Kawa zbożowa             |
| <b>Alergeny</b>         | <b>Mleko, zboża zawierające gluten( , pszenica-żytni)</b>   | <b>Seler, mleko</b>   |  | <b>Mleko, zboża zawierające gluten( żyto, jęczmień)</b>          |

- Z przyczyn od nas niezależnych jadłospis może ulec zmianie  
W ciągu dnia dzieci mają nieograniczony dostęp do wody niegazowanej.  
Szczegółowe informacje dotyczące składu poszczególnych posiłków, gramatury i kaloryczności dostępne u intendenta placówki  
Produkty zamiennicze w dietach eliminacyjnych : Masło 100% roślinne, napój owsiany, napój ryżowy, jogurt kokosowy, produkty bezglutenowe.