

# JADŁOSPIS

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	DANIE GŁÓWNE	PODWIECZOREK
12.06.2023 ( poniedziałek )	Kasza kukurydziana na mleku, kanapka z serem i pomidorem, Herbata rooibos	Zupa Solferino, Chleb pszenno-żytni	Ryba w cieście naleśnikowym z pomarańczowym puree ziemniaczanym i surówką z marchewki i jabłka z jogurtem, Kompot owocowy	Zdrowe Monte na bazie serka śmietankowego
<b>Alergeny</b>	<b>Mleko, zboża zawierające gluten(pszenica-żyto)</b>	<b>Zboża zawierające gluten(żyto), seler,</b>	<b>Ryby, zboża zawierające gluten(pszenica), jaja, mleko</b>	<b>Mleko, orzechy</b>
13.06.2023 ( wtorek )	Płatki orkiszowe na mleku, bułka grahamka z masłem, hummusem z pomidorem suszonym i natką pietruszki, Herbata owocowa	Krem z groszku z grzankami	Spaghetti z mięsa mieszanego z passatą pomidorową, Kompot gruszkowy	Racuchy drożdżowe z jabłkami
<b>Alergeny</b>	<b>Mleko, zboża zawierające gluten( żyto, pszenica, owies)</b>	<b>Seler, zboża zawierające gluten(pszenica, żyto),</b>	<b>Zboża zawierające gluten(pszenica), seler</b>	<b>Mleko, zbożowa zawierająca gluten( pszenica), jaja</b>
14.06. 2023 (środa )	Płatki ryżowe na mleku, chleb pszenno-żytni z masłem, pieczonym schabem i papryką czerwoną, Herbata owocowa	Zupa marchwianka z kaszą jaglaną	Bitki schabowe w kapuście kiszzonej z ziemniakami, brokuł gotowany, Kompot truskawkowy	Gruszkowe chia z dodatkami
<b>Alergeny</b>	<b>Mleko, zboża zawierające gluten(pszenica, żyto)</b>	<b>Seler,</b>	<b>Zboża zawierające gluten( pszenica)</b>	<b>Mleko, zboża zawierające gluten(owies)</b>
15.06.2023 (czwartek )	Kakao na mleku, bułka grahamka z masłem i twarogiem brzoskwińowym, Herbata czarna	Zupa ogórkowa, Chleb pszenno-żytni	Pulpety gotowane z piersi kurczaka w sosie koperkowym, kaszą bulgur i bukietem warzyw, Kompot owocowy	Budyń jaglany z bananem i malinami
<b>Alergeny</b>	<b>Mleko, zboża zawierające gluten( pszenica, żyto, owies),</b>	<b>Seler, zboża zawierające gluten(pszenica, żyto), mleko</b>	<b>Zboża zawierające gluten(pszenica), mleko, jaja</b>	<b>Mleko,</b>
16.06.2023 ( piątek )	Kasza manna na mleku, chleb pszenno-żytni z masłem, pasztetem warzywno-drobiowym własnego wyrobu i pomidorem, Herbata z cytryną	Zupa szpinakowa z jajkiem, Bułka grahamka	Filet z indyka w sosie śmietanowo- pietruszkowym z kaszą kuskus i surówką z czerwonej kapusty z marchewką, Kompot rabarbarowy	Pana cotta truskawkowa
<b>Alergeny</b>	<b>Zboża zawierające gluten( pszenica- żyto, owies), mleko,</b>	<b>Zboża zawierające gluten(pszenica, żyto, owies), seler, mleko</b>	<b>Zboża zawierające gluten(pszenica), mleko</b>	<b>Mleko</b>

# JADŁOSPIS

19.06. 2023 ( poniedziałek )	Płatki gryczane na mleku, kanapka ze smalcem z fasoli, ogórek kiszony , Herbata owocowa	Krem z cukinii z grzankami	Dorsz w sosie ziołowo-cytrynowym z kaszą jęczmienną i surówką z buraczków z cebulką , Woda z pomarańczą	Kisiel wiśniowy własnego wyrobu
<b>Alergeny</b>	<b>Zboża zawierające gluten(pszenica), mleko,</b>	<b>Mleko, zboża zawierające gluten( pszenica ,żyto owies)</b>	<b>Ryby, seler, zboża zawierające gluten(jęczmień),</b>	
20.06.2023 ( wtorek )	Płatki ryżowe na mleku, chleb pszenno-żytni z masłem serem żółtym i rzodkiewką , Herbata owocowa	Zupa jarzynowa, Chleb pszenny	Potrąka z kurczaka z ziemniakami z koperkiem i surówką z pomidora z olejem, Kompot owocowy	Galaretka z bitą śmietaną i borówkami
<b>Alergeny</b>	<b>Mleko, zboża zawierające gluten(pszenica-żyto),</b>	<b>Seler, zboża zawierające gluten( pszenica)</b>	<b>Seler, mleko , zboża zawierające gluten(pszenica)</b>	<b>Mleko,</b>
21.06.2023 (środa)	Kluski lane na mleku, chleb pszenno-żytni z masłem pieczoną polędwiczką i pomidorem, Herbata z cytryną i miodem	Zupa bolońska, Chleb pszenno-żytni	Pieczony kotlet z kaszy jęczmiennej i mięsa, ziemniaki puree, sałata lodowa z pomidorami koktajlowymi z sosem na bazie oleju, Kompot wiśniowy	Jogurt grecki z miodem i truskawkami
<b>Alergeny</b>	<b>Mleko, zboża zawierające gluten( pszenica-żyto), jaja</b>	<b>Seler, zboża zawierające gluten(pszenica-żyto)</b>	<b>Mleko , jaja, zboża zawierające gluten(jęczmień)</b>	<b>Mleko,</b>
22.06 .23 (czwartek )	Kasza jagłana na mleku, chleb pszenno-żytni z masłem, szynką z kurczaka i ogórkiem świeżym, Herbata owocowa	Zupa pomidorowa ze świeżych pomidorów z ryżem	Parowańce z truskawkami z jogurtem naturalnym, Woda z cytryną	Kanapka z masłem i pastą mięsno-warzywną Sok jabłkowy 100%
<b>Alergeny</b>	<b>Zboża zawierające gluten(pszenica-żyto), mleko,</b>	<b>Seler, zboża zawierające gluten(żyto), mleko</b>	<b>Zboża zawierające gluten( pszenica), jaja, mleko</b>	<b>Zboża zawierające gluten(pszenica-żyto) , mleko</b>
23.06.23 (piątek )	Płatki owsiane na mleku, Chleb pszenno-żytni z masłem, twarogiem i pieczoną papryką, Herbata owocowa	Zupa buraczkowa z kulkami ciecierzycy na wywarze warzywnym	Szaszłyki z indyka z warzywami, Lemoniada	Babeczki z kremem i owocami
<b>Alergeny</b>	<b>Mleko, zboża zawierające gluten(żyto-pszenica)</b>	<b>Seler, mleko, zboża zawierające gluten(pszenica)</b>		<b>Mleko, zboża zawierające gluten( pszenica), jaja</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 zamiennie w dietach eliminacyjnych : Masło 100% roślinne, napój owsiany, jogurt kokosowy,

# JADŁOSPIS

produkty bezglutenowe.