

Dzień	Śniadanie	Zupa i deser	Drugie danie
Poniedziałek 27.01.2025	Płatki żytnie na mleku 250ml ( <b>mleko</b> ) Chleb owsiany 30g ( <b>gluten-żyto, gluten-pszenica</b> ) Masło 4g ( <b>mleko i jego pochodne</b> ) Szynka z indyka 25g, sałata, rzodkiew biała 15g, pomidor 15g, jabłko 20g, suszona morela. Herbata jabłkowa 200ml	Zupa minestrone z fasolą z makaronem 250ml( <b>seler, gluten-pszenica</b> ) mandarynka 50g  Melba”- kasza manna z białym serem z polewą malinową 150g ( <b>mleko, gluten-pszenica</b> ) Woda do picia 200ml	Ziemniaki 150g Kotlet schabowy panierowany 60g ( <b>jaja kurze, gluten-pszenica</b> ) Surówka z kapusty czerwonej na ciepło 60g Kompot owocowy (jabłko, porzeczką) Banan 50g
Wtorek 28.01.2025	Płatki orkiszowe na mleku 250ml ( <b>mleko, gluten-pszenica</b> ) Chleb słonecznikowy 30g( <b>gluten-żyto, gluten-pszenica</b> ) Masło 4g ( <b>mleko i jego pochodne</b> ) Ser kozi 25g ( <b>mleko i jego pochodne</b> ),sałata, rzodkiewka czerwona 15g, kalarepa 15g, pestki słonecznika. Herbata truskawkowa 200ml	Zupa porowa z ziemniakami 250ml ( <b>seler, mleko i jego pochodne</b> ), kiwi 50g  Rożki francuskie z jabłkiem ( <b>mleko i jego pochodne, gluten- pszenica</b> ) 1szt- wyrób własny Woda cytrynowa z imbirem 200ml	Ryż brązowy 100g Leczo z cukinii ,papryki, pomidorów z kiełbasą 60g, Surówka z fasolki szparagowej na parze 60g Sok tłoczony z jabłka i mięty 200ml
Środa 29.01.2025 DZIEŃ WEGETARIANSKI	<b>Szwedzki stół</b> Kawa Inka 200ml ( <b>mleko, gluten-owies, gluten-żyto, gluten-jęczmień, gluten-orkisz</b> ) Chleb wieloziarnisty 30g ( <b>gluten-żyto, gluten- pszenica</b> ) Buła weka 30g ( <b>gluten-pszenica</b> ) 30g Masło ( <b>mleko i jego pochodne</b> ) 8g Sałatka jarzynowa 35g- wyrób własny ,ser żółty 25g ( <b>mleko i jego pochodne</b> ), sałata, pomidor koktajlowy 15g,ogórek zielony 15g	Zupa krupnik z ziemniakami i kasza pęczak 250ml ( <b>gluten- jęczmień, seler</b> ), kiwi 60g  Jabłko pieczone z żurawiną 50g, Napój owocowy 200ml	Placki z cukinii w sosie pieczarkowym 120g/50ml ( <b>gluten-pszenica, jaja kurze, mleko</b> ) Surówka z kiszonej kapusty z jabłkiem i marchewką 60g Kompot owocowy 200ml (porzeczką, jabłko) Gruszka 50g
Czwartek 30.01.2025	Płatki gryczane na mleku 250ml ( <b>mleko</b> ) Chleb owsiany 30g ( <b>gluten-żyto, gluten-pszenica</b> ) Masło 4g ( <b>mleko i jego pochodne</b> ) Pasta z tuńczyka i jajka 25g -wyrób własny( <b>ryba, jaja kurze</b> ), sałata, 15g, papryka czerwona 15g , ogórek kiszony 15g Herbata jabłkowa 200ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami i śmietaną 250ml ( <b>seler, mleko i jego pochodne</b> ) pomarańcza 50g  Chałka z masłem i miodem 30g ( <b>gluten-pszenica, mleko i jego pochodne</b> ) Mleczko waniliowe 200ml	Kasza gryczana 100g Ala gyros drobiowy 60g Surówka z sałaty lodowej ,pomidora i oliwa z oliwek 60g Sok tłoczony z jabłka i brzoskwini 200ml
Piątek 31.01.2025	<b>Mleko</b> 200ml Chleb razowy 30g ( <b>gluten-żyto, gluten-pszenica</b> ) Bułka weka 30g ( <b>gluten-pszenica</b> ) Masło 8g ( <b>mleko i jego pochodne</b> ) Kabanosy drobiowe 40g pomidor 15g, rzodkiew biała 15g, rosłonka, pestki dyni	Krem z soczewicy i pomidorów z parmezanem 250ml ( <b>seler, mleko i jego pochodne</b> )  Śliwka pod kruszonką 100g ( <b>mleko i jego pochodne, gluten-pszenica, gluten-owies</b> ) Bawarka 200ml ( <b>mleko i jego pochodne</b> )	Ziemniaki 150g Kotlet z mintaja z pietruszką i marchewką 60g( <b>jaja kurze, ryba, gluten-pszenica</b> ) Surówka z kiszonego ogórka z oliwą z oliwek 60g Kompot owocowy 200ml (jabłko, malina) Pomarańcza 50g

- Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wymienionych alergenów: zboża zawierają gluten, soję, mleko, seler, gorczyce, dwutlenek siarki, nasiona sezamu, orzechy.
- Pogrubioną czcionką **zaznaczone alergeny** z Rozporządzeniem 1169/2011
- Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.
- **Dla dzieci z alergią pokarmową i nietolerancją niektórych produktów spożywczych, przygotowane są posiłki takie same z artykułów spożywczych, które są dozwolone w ich dietach.**
- **Zawartość soli i cukru w naszych posiłkach w jadłospisie dekadowym wynosi: sól 3,7g/os, cukier 5,5g/os**

Dzień	Śniadanie	Zupa i deser	Drugie danie
Poniedziałek 03.02.2025	Płatki owsiane na mleku 250ml ( <b>mleko, gluten-pszenica, jaja kurze</b> ) Masło 4g ( <b>mleko i jego pochodne</b> ) Chleb orkiszowy 30g ( <b>gluten-pszenica, gluten -żyto</b> ) Plasterek białego sera 30g ( <b>mleko i jego pochodne</b> ) papryka czerwona 20g, sałata, marchewka do chrupania 15g Herbata malinowa 200ml	Zupa z kalarepy i koperku z makaronem 250ml ( <b>seler, mleko i jego pochodne, gluten pszenica</b> ), kiwi 50g  Marchewka z jabłkiem i żurawiną 100g Woda pomarańczowa 200ml	Ziemniaki 150g Filet z indyka w panierce sezamowej 60g ( <b>gluten-pszenica, jaja kurze, sezam</b> ) Surówka: z kapusty pekińskiej, papryki i natki pietruszki z oliwy z oliwek 60g Kompot owocowy (jabłko, porzeczka) gruszka 50g
Wtorek 04.02.2025	Zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>mleko, gluten-pszenica</b> ) Chleb graham 30g ( <b>gluten- pszenica</b> ) Masło 4g ( <b>mleko i jego pochodne</b> ) Szynka pieczona w ziołach- wyrób własny 20g , sałata, pomidor 15g pestki dyni, kalarepa 15g Herbata rumiankowa 200ml	Krem z groszku zielonego z grzankami 250ml ( <b>seler, mleko i jego pochodne, gluten-pszenica</b> ) jabłko 50g  Budyń waniliowy 150g ( <b>mleko i jego pochodna, gluten- pszenica</b> ) z orzechami ( <b>orzech</b> )- wyrób własny	Ziemniaki 100g Gołąbki z kapusty białej z ryżem i mięsem wieprzowym (szynka) 180g w sosie pomidorowym 50ml ( <b>mleko i jego pochodne</b> ) Sok tłoczony z jabłka i mięty 200ml
Środa 05.02.2025 DZIEŃ WEGETARIANSKI	<b>Szwedzki stół</b> Kawa zbożowa 200ml ( <b>mleko, gluten-żyto, gluten- jęczmień</b> ) Chleb wieloziarnisty 30g ( <b>gluten-żyto, gluten-pszenica</b> ) Bułka weka 30g ( <b>gluten-pszenica</b> ) Masło 8g ( <b>mleko i jego pochodne</b> ) Fruzelina z truskawek -wybór własny 25g, ½ jajka , pomidor koktajlowy 15g, suszona morela, rozponka, rzodkiewka, ogórek zielony.	Barszcz czerwony z ziemniakami 250ml ( <b>mleko i jego pochodne, seler</b> ), gruszka 50g  Ciepłe lody- wafelek z serkiem waniliowym 1szt ( <b>gluten-pszenica, mleko</b> ) herbata owocowa 200ml	Kasza bulgur 100g Kotlet z ciecierzycy 60g ( <b>jaja kurze, gluten-pszenica</b> ) Surówka : pomidor w śmietanie 60g ( <b>mleko i jego pochodne</b> ) Kompot owocowy 200ml (jabłko, malina) Pomarańcza 50g
Czwartek 06.02.2025	Płatki jaglane na mleku 250ml ( <b>mleko</b> ) Chleb żytni 30g ( <b>gluten-żyto</b> ) Masło 4g ( <b>mleko i jego pochodne</b> ) Sałatka z fasolą czerwoną, pieczarką i jajkiem 35g – wyrób własny( <b>mleko, jaja kurze</b> ) papryka żółta 15g, sałata, burak do chrupania 15g Herbata z melisy 200ml	Zupa z kiszonej kapusty i ziemniakami 250ml ( <b>seler</b> ), melon 50g  Ryż zapiekany z jabłkami i sosem wiśniowym 220g ( <b>mleko</b> ) woda cytrynowa 200ml	Makaron spaghetti z mięsem drobiowym (filet z kurczaka) i warzywami (marchewka, por, papryka, pietruszka) 220g ( <b>gluten-pszenica, mleko i jego pochodne</b> ) Sok tłoczony z jabłka i gruszki 200ml
Piątek 07.02.2025	Kakao 200ml ( <b>mleko</b> ) Chleb graham 30g ( <b>gluten-pszenica</b> ) Bułka weka 30g ( <b>gluten-pszenica</b> ) Masło 8g ( <b>mleko i jego pochodne</b> ) Szynka wiśniowa 25g papryka 15g, rozponka, kalarepa 15g, pestki dyni.	Zupa z selera naciowego z ziemniakami 250ml ( <b>seler, mleko i jego pochodne</b> )  Naleśnik z bananem i sosem czekoladowym 1szt ( <b>pszenica, jaja, mleko</b> )- wyrób własny Napój owocowy 200ml	Ryż paraboliczny Pulpet z dorsza w sosie koperkowym 60g/50ml( <b>jaja kurze, ryba, gluten- pszenica</b> ) Surówka z brokuł na parze 60g Kompot owocowy 200ml (jabłko, malina) jabłko 40g

- Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wymienionych alergenów: zboża zawierają gluten, soję, mleko, seler, gorczyce, dwutlenek siarki, nasiona sezamu, orzechy.
- Pogrubioną czcionką **zaznaczane alergeny** z Rozporządzeniem 1169/2011
- Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie.
- Dla dzieci z alergią pokarmową i nietolerancją niektórych produktów spożywczych, przygotowane są posiłki takie same z artykułów spożywczych, które są dozwolone w ich dietach.
- **Zawartość soli i cukru w naszych posiłkach w jadłospisie dekadowym wynosi: sól 3,7g/os, cukier 5,5g/os**