

JADŁOSPIS 22.04-26.04.2024

<u>Dzień tygodnia</u>	<u>I śniadanie</u>	<u>II śniadanie</u>	<u>zupa</u>	<u>II danie</u>	<u>podwieczerek</u>
Poniedziałek 22.04 Łączna ilość kalorii: 823	Płatki owsiane 12g na mleku 180 ml, pieczywo mieszane 20g masło 5g, parówki 100% mięsa 80g herbata owocowa 250ml, cytryna świeża 290 kcal	Jabłko 80g 58 kcal	Krem z pomidora z ziołową grzanką 200g włoszczyzna 50g pomidor krojony 35g Pieczywo 10g 125 kcal	Makaron z jabłkami 100g makaron 35g jabłka 60g 130 kcal	Drożdżówka z kruszonką 50g (mąka tortowa, jaja, mleko, drożdże, cukier) 220 kcal
Alergeny	1,7		1,7,9	1,7	1,7
Wtorek 23.04 Łączna ilość kalorii:750	Płatki ryżowe 12g na mleku 180 ml, pieczywo mieszane 20g, pasztet drobiowy 20g, pomidor 20g,masło 5g, herbata owocowa 250ml, cytryna świeża 260 kcal	Gruszka 80g 70 kcal	Zupa koperkowa na wywarze drobiowym z makaronem ryżowym 200g włoszczyzna 50g natka koperku 8g makaron 12g śmietana 5g 102 kcal	Kasza wiejska 100g, Gulasz wieprzowy w sosie własnym 60g ogórek kiszony 30g 220 kcal	Mus owocowy z dodatkiem zbóż 100g 98 kcal
Alergeny	1,7		1,7,9	1	
Środa 24.04 Łączna ilość kalorii:775	Płatki jaglane12g na mleku 180ml pieczywo mieszane 20g,masło 5g, pasta z jajka ze szczypiorkiem 20g, herbata owocowa 250 ml, cytryna świeża 230 kcal	Banan 80g 85 kcal	Zupa krem z brokuła z groszkiem ptysiowym 150g brokuł 20g włoszczyzna 50g śmietana 5g groszek ptysiowy10g masło 3g 120kcal	Zapiekanka na weku z serem gouda i szynką drobiową 80g 185 kcal	Deserek „ptasie mleczko” 70g (śmietana 30% 30g, serek homogenizowany 20g, galaretka owocowa 7g) 155 kcal
Alergeny	1,3,7		1,3,7,9	1,3,7	
Czwartek 25.04 Łączna ilość kalorii: 776	Kaszka kukurydziana na mleku 180 ml, pieczywo mieszane 20g, szynka drobiowa 15g, rzodkiewka 10g,herbata owocowa 250ml, cytryna świeża 245 kcal	Mandarynka 80g 80 kcal	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 200g Kasza jęczmienna 10g Włoszczyzna 50g Natka pietruszki 5g Śmietana 5g 116 kcal	Ryż z warzywami (masło 2g, por 10g, mrzew 10g) 60g, filet drobiowy siekany 60g (filet 50g, jajka 5g, jogurt naturalny 8g, olej roślinny5g) 210 kcal	Kisiel owocowy 100g chrupki kukurydziane 20g 125kcal
Alergeny	1,3,7		1,7,9	1,3,7	1,7

Piątek 26.04 Łączna ilość kalorii: 833	Płatki jęczmienne 12g na mleku 180ml, pieczywo mieszane 20g, masło 3g, ser gouda 20g, papryka czerwona 10g, herbata owocowa 250 ml, cytryna świeża 248 kcal	Torcik urodzinowy 50g 170 kcal	Rosół na wywarze drobiowym z lanym ciastem 200g Włoszczyzna 50g Mąka tortowa 10g Jajka 8g Natka pietruszki 3g 110kcal	Ziemniaki 60g, sznycelek rybny (filet z miruny, pieczywo, bułka tarta, jajka, olej roślinny) 50g, surówka z sałaty lodowej, ogórka i kukurydzy 50g (śmietana 18 3g) 232 kcal	Winogrono 80g 73 kcal
Alergeny	1,7		1,7,9	1,3,4,7	1,3,7

Zastrzegamy sobie prawo do zmiany jadłospisu z przyczyn niezależnych od placówki
Woda mineralna na życzenie dzieci

Poszczególne substancje i produkty uznawane za alergenów zawarte są w załączniku II do rozporządzenia nr 1169/2011 :

1. zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne (ze wskazanymi wyjątkami),
2. skorupiaki i produkty pochodne,
3. jajka i produkty pochodne,
4. ryby i produkty pochodne (ze wskazanymi wyjątkami),
5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne,
6. soja i produkty pochodne (ze wskazanymi wyjątkami),
7. mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) (ze wskazanymi wyjątkami),
8. orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland, a także produkty pochodne (ze wskazanymi wyjątkami),
9. seler i produkty pochodne,
10. gorczyca i produkty pochodne,
11. nasiona sezamu i produkty pochodne,
12. dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców,
13. Łubin i produkty pochodne,
14. mięczaki i produkty pochodne.