

**JADŁOSPIS 06.05-10.05.2024**

| <u>Dzień tygodnia</u>                                  | <u>I śniadanie</u>  | <u>II śniadanie</u>            | <u>zupa</u>   | <u>II danie</u>   | <u>podwieczorek</u>  |
|--|---|--------------------------------|---|---|--|
| Poniedziałek<br>06.05<br><br>Łączna ilość kalorii: 733 | Płatki owsiane 12g na mleku 180 ml, pieczywo mieszane 20g masło 5g, pasztet drobiowy 20g, papryka czerwona 20g herbata owocowa 250ml, cytryna świeża<br><br>290 kcal    | Jabłko 80g<br><br>58 kcal      | Zupa krem z dynii z groszkiem ptysiowym 150g<br><br>Dynia 50g<br>Śmietana 5g<br>Groszek ptysiowy 10g<br>Masło 82% 3g<br><br>112 kcal  | Makaron 40g z serem białym 50g<br><br>cukier 2g<br>jogurt naturalny 8g<br><br>130 kcal  | Tosty z szynką 50g<br><br>pieczywo 20g<br>szynka 20g<br>Masło 3g<br><br>143 kcal   |
| Alergeny   | 1,7   |                                | 1,7,9   | 1,7   | 1,7  |
| Wtorek<br>07.05<br><br>Łączna ilość kalorii: 820       | Płatki ryżowe 12g na mleku 180 ml, pieczywo mieszane 20g, pasta z jajka ze szczypiorkiem 20g, masło 5g, herbata owocowa 250ml, cytryna świeża<br><br>260 kcal           | Gruszka 80g<br><br>70 kcal     | Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 200g<br><br>włoszczyzna 40g<br>Burak 35g<br>Koncentrat 3g<br>Ziemniaki 40g<br>Śmietana 5g<br><br>130 kcal                                  | Gołąbki bez zawijania w sosie 100g<br><br>Kapusta biała 30g<br>Szynka bez kości 30g<br>Ryż biały 12g<br>Jajka 5g<br>Bułka tarta 5g<br>Pomidory krojone 35g<br>Masło 83% 2g<br><br>240kcal | Budyń z musem owocowym 90g<br><br>mleko 50ml<br>truskawka 20g<br><br>120 kcal  |
| Alergeny   | 1,3,7   |                                | 1,7,9   | 1,3,7   | 7  |
| Środa<br>08.05<br><br>Łączna ilość kalorii: 760        | Kaszka kukurydziana 12g na mleku 180 ml, pieczywo mieszane 20g, szynka drobiowa 20g, ogórek zielony 20g masło 5g, herbata owocowa 250ml, cytryna świeża<br><br>256 kcal | Banan 80g<br><br>85 kcal       | Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym 150g<br><br>kalafior 20g<br>kalarepa 20g<br>włoszczyzna 30g<br>śmietana 5g<br>groszek ptysiowy 10g<br>masło 83% 3g<br><br>115 kcal | Placuszki cukiniowe 75g z sosem czosnkowym 30g (mąka tortowa 35g, jaja 5g, cebula 2g, cukinia 30g, czosnek 3g, olej roślinny 5g)<br><br>196 kcal  | Jogurt smakowy 90g<br><br>108 kcal   |
| Alergeny   | 1,7   |                                | 1,3,7,9   | 1,3,7   | 7  |
| Czwartek<br>09.05<br><br>Łączna ilość kalorii: 847     | Płatki jaglane 12g na mleku 180ml pieczywo mieszane 20g, masło 5g, dżem niskosłodzony 20g, herbata owocowa 250 ml, cytryna świeża<br><br>230 kcal                       | Brzoskwinia 80g<br><br>80 kcal | Zupa pomidorowa z ryżem 200g<br><br>Pomidorowa 30g<br>Ryż biały 8g<br>Włoszczyzna 50g<br>Śmietana 5g<br><br>115 kcal  | Ziemniaki 60g, pieczone udko z kurczaka 50g, surówka z marchwi i jabłka 20g<br><br>230 kcal   | Deserek „kinder country” 80g<br><br>ryż preparowany 15g<br>czekolada gorzka 10g<br>śmietanka 30% 20g<br>serek mascarpone 20g<br><br>192 kcal |
| Alergeny   | 1,7   |                                | 1,7,9   | 1,7   | 1,7  |

|                              |  |                              |  |   |  |
|------------------------------|--|------------------------------|--|---|--|
| Piątek<br>10.05              | Płatki śniadaniowe<br>12g na mleku 180ml,<br>pieczywo mieszane<br>20g, masło 3g, ser<br>gouda 20g, pomidor<br>10g, herbata owocowa<br>250 ml, cytryna świeża | Winogrono 80g<br><br>73 kcal | Zupa ogórkowa z<br>makaronem 200g<br><br>ogórek kiszony 30g<br>włoszczyzna 50g<br>makaron 30g<br>śmietana 18% 5g | Frytki (wyrób<br>własny) 80g, paluszki<br>rybne 50g<br><br>190 kcal | Wafle andrutowe z<br>masą owocową 70g<br><br>Wafle andrutowe 20g<br>owoc 40g<br>żelatyna 3g<br>śmietana 18 20g |
| Łączna ilość<br>kalorii; 796 | 248 kcal   |                              | 105 kcal   |   | 180 kcal   |
| Alergeny                     | 1,7  |                              | 1,7,9  | 1,3,4,7   | 1,7  |

**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. jaja 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 SO<sub>2</sub> 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.