

Jadłospis 16-20.09.2024

<u>Dzień tygodnia</u>	<u>I śniadanie</u>	<u>II śniadanie</u>	<u>Zupa</u>	<u>II danie</u>	<u>Podwieczorek</u>
poniedziałek 16.09 łączna ilość kalorii: 836	Płatki kukurydziane 15 g, na mleku 180 g, pieczywo 20g, hummus z ciecierzycy 20 g, masło 5g herbata owocowa 264 kcal	Banan 80g 87 kcal	Rosół na wywarze drobiowym z lanym ciastem 200g Włoszczyzna 50g Mąka tortowa 10g Jajka 8g Natka pietruszki 3g 110 kcal	Ryż z jabłkami 100g ryż 35g jabłka 60g mleko 15ml 155 kcal	Bułeczki twarogowe na słodko (twaróg 20g, jajka 10g, mąka ziemniaczana 3g, cukier 8g) soczek owocowy 200ml 220 kcal
Alergeny	1,7		1,3,7,9		1,3,7
Wtorek 17.09 łączna ilość kalorii: 724	Kaszka manna 12g na mleku 180 ml, pieczywo 20g, serek „Bieluch” 20g, pomidor 20 g, masło 5g herbata owocowa 254 kcal	Koktajl truskawkowy na jogurcie naturalnym 100ml 92 kcal	Zupa krem z pieczonych warzyw z groszkiem ptysiowym 100g pomidor 50g papryka czerwona 50g groszek ptysiowy 10g masło 3g włoszczyzna 35g 105 kcal	Kasza wiejska 35g, filet drobiowy w sosie cebulowym 50g, duszona marchew mini 50g 210 kcal	Mus owocowy 100g 63 kcal
Alergeny	1,7	7	1,7,9	1,7	
Środa 18.09 łączna ilość kalorii: 880	Płatki ryżowe 12g na mleku 180 ml, placuszki z serka wiejskiego z warzywami (pomidor, ogórek szczypior) 50g, masło 5g, herbata owocowa 297 kcal	Gruszka 80g 85 kcal	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 200g Kasza jęczmienna 10g Włoszczyzna 50g Natka pietruszki 5g Śmietana 5g 116 kcal	Zapiekanka na weku z serem gouda i szynką drobiową 80g 185 kcal	Deserek „Rafaello” 70g śmietana 30% 35ml biszkopty okrągłe 8g Wiórki kokosowe 10g serek mascarpone 18g 197 kcal
Alergeny	1,3,7		1,7,9	1,7	1,7
Czwartek 19.09 Łączna ilość kalorii: 741	Płatki jęczmienne 12g na mleku 180ml, pieczywo mieszane 20g, pasta z awokado i jajka 35g, masło 5g, herbata owocowa 248 kcal	Jabłko 80g 63 kcal	Zupa krem z cukinii z groszkiem ptysiowym 150g cukinia 20g włoszczyzna 50g śmietana 5g groszek ptysiowy 10g masło 3g 120 kcal	Makaron spaghetti 50g z mięsem wieprzowym (szynka bez kości) i pomidorami 70g 200 kcal	Galaretka owocowa 80g 110 kcal
Alergeny	1,3,7		1,7,9	1,7	

Piątek 20.09	Kaszka kukurydziana 20g na mleku 180ml, pieczywo mieszane 20g, ser mozzarella 20g, sałata masłowa 20g, herbata owocowa 250ml, cytryna świeża	Brzoskwinia 80g 84 kcal	Zupa pomidorowa z ryżem 200g Pomidorowa 30g Ryż biały 8g Włoszczyzna 50g Śmietana 5g 115 kcal	Ziemniaki 80g (wyrób własny), filet z miruny panierowany 70g, surówka z kapusty kiszzonej 50g, 215 kcal	Ciasteczka owsiane 60g Kakao 100ml masło 8g płatki owsiane 20 g cukier 3g jajka 8g mąka tortowa 10g mleko 100 ml kakao 2g 155 kcal
Łączna ilość kalorii: 817	248 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

Dzieci otrzymują do II dania kompot wieloowocowy w ilości 150ml

Woda mineralna na życzenie dzieci!

Poszczególne substancje i produkty uznawane za alergeny 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 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.