

Jadłospis

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
31,03,25 Poniedziałek	Bułka wieloziarnista z masłem,szynka drobiowa,pomidor , sałata zielona, szczypiorek – kawa na mleku owoc (1,2)	Zupa wiejska z ziemniakami ziel. Piotr. Racuchy z mąki pełnoziarnistej z jabłkami – kompot(2,1)	Budyń jaglany z czekoladą i bananem- herbata ziołowa (8,2)
01,04,25 Wtorek	Pieczywo mieszane z masłem, jajecznica z szczypiorkiem, pomidor- kawa na mleku – owoc(1,2,3)	Zupa jarzynowa z ziemniakami ziel.pietr. kotlet drobiowy w płatkach kukurydzianych i sezamie, ryż brązowy surówka z marchewki i jabłka z śmietaną – kompot(1,2,3)	Ptasie mleczko z sosem malinowym- herbata ziołowa (1,2,7)
02,04,25 Środa	Zupa mleczna z kaszą kus-kus z bakaliarni . Bułka wieloziarnista z masłem, miód -melisa z pomarańczą (1,2) -sok 100%	Zupa pomidorowa z ryżem ziel.pietr. Sznycelki wieprzowe,ziemniaki z koperkiem kapusta czerwona- kompot	Pieczywo mieszane z bryndzą z rybą i warzywami – herbata ziołowa (1.2)
03,04,25 Czwartek	Pieczywo mieszane z masłem, ser żółty , papryka czerwona, szczypiorek – kakao– jabłko (1,2,)	Rosół z Kostką grysikową ziel. Piotr. Mięso wołowe mielone, ziemniaki sałatka z selera z rodzynkami -kompot (1,2)	Kisiel owocowy, jogurt naturalny z żurawiną (1,2,3,10)
04,04,25 Piątek	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, Pieczywo mieszane z masłem , dżem-herbata ziołowa –owoc (1,2,4)	Zupa pieczarkowa krem z groszkiem ptysowym ziel pietr . Spagetti z klopsikami z dorsza w sosie pomidorowym - kompot (1,2,3,)	Koktajl Treflikowy owocowy z pietruszką zieloną i słonecznikiem, biszkopt- herbata z pokrzywy (2,13)
07,04,25 Poniedziałek	Pieczywo mieszane z masłem, szynka wiejska, pomidor, sałata zielona – kawa na mleku – owoc(1,2,)	Kapuśniak z ziemniakami i kielbaską ziel. Piotr. Pierogi leniwe dyniowe , polane masłem, marchewka w słupkach– kompot 1,2,3,	Zapiekanki z warzywami i serem mozzarellą z rukolą -herbata ziołowa (1,2)
08.,03,25 Wtorek	Zupa mleczna z płatkami owsianymi z miodem i żurawiną bułka wieloziarnista z masłem– herbata ziołowa– owoc (1,2)	Zupa grysikowa ziel. Piotr. Klopsy drobiowe w sosie własnym, ziemniaki, buraki czerwone z pomarańczą – kompot 1,2,3	Serek danonek, biszkopt – herbata ziołowa 1,2,
09,03,25 Środa	Pieczywo mieszane z pasztetem drobiowym, ogórek kiszony– kawa na mleku – owoc (1,2,8)	Krem z marchewki ziel. piet . Gołąbki z mięsem w sosie pomidorowym – kompot (1,2,3)	Gryzik na mleku z tartą czekoladą,gruszka- herbata ziołowa
10,03,25 Czwartek	Bułka wieloziarnista z twarogiem z rzodkiewką i szczypiorkiem – kawa na mleku – owoc(1,2)	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami ziel.pietr.. Makaron z kurczakiem w sosie szpinakowym (treflikowym) – kompot 1,2,	Babka czekoladowo-cytrynowa - kakao (1,2)
11,03,25 Piątek	Pieczywo mieszane z masłem, parówki drobiowe, warzywa – kawa na mleku- owoc (1,2)	Zupa ogórkowa z ryżem ziel. Piet Paluszki rybne, ziemniaki z koperkiem kapusta kiszona duszona - kompot	Pieczywo mieszane z masłem ser żółty, warzywa. – herbata z mlekiem(1,2)

Uwaga: ZASTRZEGA SIĘ ZMIANY W JADŁOSPISIE

Woda do picia między posiłkami.

Mleko, herbaty i napoje słodzone cukrem do 10 g / 250 ml.

Zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady Nr 1169/2011 w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności, które ze szczególnym uwzględnieniem alergenów, muszą być łatwo dostępne tak aby rodzic miał świadomość, że w odniesieniu do danej żywności występują kwestie związane z alergiami i nietolerancją pokarmową.

Czysta woda do picia między posiłkami Cyferkami zaznaczono alergeny pokarmowe -

Drogi Rodzicu (Opiekunie)!

W naszej kuchni używane są produkty zawierające alergeny pokarmowe i

produkty powodujące nietolerancje pokarmowe, w tym produkty zawierające

„ŚLADOWE ILOŚCI ALERGENÓW” lub „MOGĄCE ZAWIERAĆ ALERGENY”

wymienione w tabeli poniżej:

Lp.	Alergen wg rozporządzenia	Produkty
1	ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN	mąka pszenna, płatki owsiane, kukurydziane, kasza manna, kuskus, kasza jęczmienna, makaron, bułka tarta, kawa inka, groszek ptysiowy, grzanki, biszkopty, pieczywo białe pszenne, żytnie, bułka pszenna, otręby, ciasta, kisiel, rodzynki
2	MLEKO	mleko, masło, jogurt, ser, twaróg – ser biały, margaryna, śmietana, maślanka, kefir, kisiel, budyń, wędlina,
3	JAJA	jaja, biszkopty, wypieki, ciastka, makaron jajeczny
4	RYBY	ryby surowe – mrożone, przetworzone – konserwy rybne: tuńczyk w oleju, makrele w pomidorach i w oleju, łosoś w pomidorach i oleju
5	SOJA	grzanki
6	SELER	seler jako korzeń i łodyga, wędlina
7	GORCZYCA	musztarda, wędlina, produkty mięsne, przyprawa Carry, mieszanki przypraw
8	NASIONA SEZAMU	ziarno sezamowe, masło sezamowe, bułki, wypieki, płatki śniadaniowe, desery, rodzynki
9	SKORUPIAKI BRAK	
10	ORZECZY	krem orzechowy do smarowania pieczywa, bakalie, desery, wypieki,

		ciasta, wiórki kokosowe
11	DWUTLENEK SIARKI	owoce suszone – w szczególności te, które muszą zachować jasny kolor, np. morela
12	MIÓD	miód
13	ORZESZKI ZIEMNE	masło arachidowe, bakalie
14	MIĘCZAKI BRAK	