

	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata	200ml	Kakao (7)	200ml	Herbata miętowa	200ml	Herbata malinowa	200ml	Herba zielona	200ml
	Pieczyczo bezglutenowe	50g	Pieczyczo bezglutenowe	50g	Pieczyczo bezglutenowe	50g	Pieczyczo bezglutenowe	50g	Pieczyczo bezglutenowe	50g
	Masło (7)	10g	Masło (7)	10g	Masło (7)	10g	Masło (7)	10g	Masło (7)	10g
	Humus	30g	Fasolka w sosie pomidorowym	50g	Szynka z indyka (10)	30g	Parówka z szynki (1, 6)	30g	Pasta z fasoli	30g
	Szynka wiejska (6)	20g	Poolędwica sopocka (6)	20g	Twarożek ze szczypiorkiem (7)	20g	Pasta z jajek (3)	40g	Pasta z tuńczyka (2)	30g
	Ogórek zielony	30g	Papryka czerwona	15g	Pomidor	20g	Ogórek zielony	30g	Salata lodowa	10g
II ŚNIADANIE	Wafle ryżowe	20g	Płatki kukurydziane (bezglutenowe na mleku (7)	150g	Pieczyczo bezglutenowe z masłem orzechowym (8)	70g	Serek waniliowy (7)	100g	Banan	50g
	Winogrona	40g	Marchew słupki	20g	Jabłko	40g	Kalarepka	50 g	Pałki kukurydziane	25g
OBIAD	Zupa szczawiowa z ziemniakami	200ml	Zupa Żure (7)	200ml	Zupa pomidorowa z ryżem (7,9)	200ml	Zupa fasolowa (9)	200ml	Marchwianka (7)	200ml
	Pieczone kawałki fileta drobiowego w sosie ziemniak z koperkiem	100g	Placki ziemniaczane z jabłkami	150g	Zupa pomidorowa z ryżem (7,9)	160g	Placki ziemniaczane	140g	Filet rybny na parze	100g
		100g		80g	Stripsy z kurczaka z ziemniakami	60g	Smietanka na słodko (7)	60g	Pieczone ziemniaki	80g
	surówka z kapusty	20g		60g	Surówka colesław				Surówka	60g
PODWIECZOREK	Banan	50g	Jabłko	50g	Arbuz	100g	Jabłko	50g	Banan	50g
Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011 z dnia 25 października 2011									Opracowano przez dietetyka Karolinę Gorskiewicz-Drzymalską	
Dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składniki mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji takie jak:										
1. Zboża zawierające gluten, 2. skorupiaki i produkty pochodne, 3. jaja i produkty pochodne, 4. ryby i produkty pochodne, 5. orzeszki ziemne, 6. soja i produkty pochodne, 7. mleko i produkty pochodne, 8. orzechy, migdały,										
9. seler i produkty pochodne, 10. gorczyca i produkty pochodne, 11. nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. dwutlenek siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. mięczaki i produkty pochodne.										