

	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata	200ml	Kakao (7)	200ml	Herbata miętowa	200ml	Herbata malinowa	200ml	Herba zielona	200ml
	Bułka kajzerka (1)	50g	Pieczywo pszenno-żytnie (1)	50g	Bułka kajzerka (1)	50g	Bułka kajzerka (1)	50g	Pieczywo jasne i razowe (1)	50g
	Masło (7)	10g	Masło (7)	10g	Masło (7)	10g	Masło (7)	10g	Masło (7)	10g
	Ser żółty (7)	30g	Fasolka w sosie pomidorowym	50g	Miód wielokwiatowy	30g	Pasta z warzyw	50g	Pasta z fasoli	30g
	Humus	30g	Pasta warzywna	30g	Twarożek ze szczypiorkiem (7)	20g	Pasta z jajek (3)	40g	Ser żółty (7)	20g
Ogórek zielony	30g	Papryka czerwona	15g	Pomidor	20g	Szczypiorek	10g	Safata Lodowa	10g	
II ŚNIADANIE	Wafle ryżowe	20g	Płatki miodowe na mleku (1, 6)	150g	Paluch maślany (1, 3, 7)	60g	Serek waniliowy (7)	100g	Banan	50g
	Winogrona	40g	Marchew súpki	20g	Jabłko	40g	Kalarepka	50 g	Ciasteczka owsiane (1,6,7,8)	38g
OBIAD	Zupa szczawiowa z ziemniakami	200ml	Żurek z warzywami	200ml	Zupa pomidorowa z ryżem (7,9)	200ml	Zupa fasolowa (9)	200ml	Marchwianka (7)	200ml
	canelloni ze szpinakiem	230g		120g	Krokiety z warzywami (1, 3)	160g	Kotlet ziemniaczany w sosie pieczarkowym	140g	Kotlecik warzywny (1, 3, 9)	100g
			Leczo z warzywami	80g	Surówka z buraczków	60g		60g	Pieczone ziemniaki	80g
		50g		60g			surówka z marchewki		Surówka	60g
PODWIECZOREK	Banan	50g	Jabłko	50g	mandarynka	100g	Jabłko	50g	Banan	50g

Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011 z dnia 25 października 2011

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.

Opracowano przez dietetyka
Karolinę Gorzkiewicz-
Drzymalską