

	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata	200ml	herbata	200ml	Herbata malinowa	200ml	kakao	200ml	Herbata	200ml
	Bułka kajzerka (1)	50g	Pieczycwo pszenno-żytnie (1)	50g	Bułka kajzerka (1)	50g	Bułka kajzerka (1)	50g	Pieczycwo jasne i razowe (1)	50g
	Masło roślinne	10g	masło roślinne	10g	masło roślinne	10g	masło roślinne	10g	masło roślinne	10g
	miód	30g	Pasta z jajek	30g	Pasta rybna (2, 3)	20g	Pasta z ciecierzycy i papryki	30g	Salatka jarzynowa (3, 9)	50g
	Ser żółty	20g	Dżem truskawkowy	20g	Twarożek ze szczypiorkiem (7)	20g	Omlet	50g	Ser żółty (7)	20g
	Ogórek zielony	30g	Papryka czerwona	30g	Pomidor	20g	Ogórek	20g	Pomidor	20g
II ŚNIADANIE	MLEKO	150ml	Papryka	60g	Mleko	150ml	sałatka owocowa	100g	pieczywo pełnoziarniste CHRUPKIE	100g
	JOGURT OWOCOWY	100g	Kaszka manna na mleku	200ml	mini maślana	25g	Wafle ryżowe	20g	nektarynka	60g
OBIAD	krem ogórkowa	200ml	Zupa neapolitańska z makaronem	200ml	Zupa pomidorowa z ryżem (7,9)	200ml	zupa fasolowa	200ml	Zupa jarzynowa (9)	200ml
	wege makaron w sosie pomidorowym	180g	Ryż z klopsami warzywnymi w sosie pomarańczowym	230	Kaszotto z białą fasolą, szpinakiem i suszonymi pomidorami (1)	210g	placki ziemniaczane z gulaszem warzywnym	250g	Ryżotto z warzywami (9)	200g
PODWIECZOREK	Jabłko	60g	Banan	60g	jogurt owocowy	60g	Jabłko	50g	Arbuz	60g
Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011 z dnia 25 października 2011										Opracowano przez dietetyka Karolinę Gorzkiewicz-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										