

# JADŁOSPIS

	<u>Poniedziałek</u> 9.07.2018.	<u>Wtorek</u> 10.07.2018.	<u>Środa</u> 11.07.2018.	<u>Czwartek</u> 12.07.2018.	<u>Piątek</u> 13.07.2018.
<b>Ś N I A D A N I E</b>	<p>Pieczywo jasne 40g, pieczywo ciemne 20g, z masłem 10g, połudwicą lososiową 36g, ogórkiem małosol. 30g, szczypiorkiem 5g. Kawa inka na mleku 200ml. Herbata z cytryną 3g i miodem 200ml. Woda.</p> <p>Alergeny*: 2, 6</p>	<p>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (220g+30g). Chalka drożdżowa 60g, z masłem 10g. Herbata z cytryną i miodem 200ml. Woda.</p> <p>Alergeny*: 2, 6</p>	<p>2Pieczywo jasne 40g, 2pieczywo ciemne 20g, z 6masłem 10g, 12filetem z indyka36g, Serem żółtym 30g, pomidorem 30g, szczypiorkiem 5g. Kawa zbożowa na 6mleku 200ml. Herbata z cytryną 3g i cukrem 200ml. Woda.</p> <p>Alergeny*: 2, 6, 12</p>	<p>2Paluchy 50g, z 6masłem 10g, pastą z 6twarogu 50g ananasem 10g. kawa inka na 6mleku z cukrem 200ml (150g mleko+10g cukier+2g herb.+38g woda). Herbata z cytryną 4g i cukrem 200ml. Woda.</p> <p>Alergeny*: 2, 6,</p>	<p>2Chleb pełnoziarnisty50g, z 6masłem10g, pastą 3jajeczną 50g, szczypiorkiem 5g. Kakao na 6mleku 200ml. Herbata z cytryną 3g i cukrem 200ml. Woda.</p> <p>Alergeny*: 2, 6, 3</p>
<b>O B I A D</b>	<p>Krupnik-250ml na żeberkach 30g (mięso krojone do zupy 25-30g, wywar 60ml), z 1jarzynami 25g-po ug. , 2kasza jęczmienna 25g, ziemniak.120g, zieloną pietruszką 5g, <u>II danie:</u> 200g- 2Ryż 50g z jabłkiem 85g, 6masłem 5g, cukrem 5g i cynamonem 5g. Kalarepa do schr.30g. Banan 100g. Kompot wielowocowy z cukrem 200m</p> <p>Alergeny*: 1, 2, 6</p>	<p>Zupa kalafiorowo- brokułowa-250ml na wywarze 1jarzynowym (kalaf. 25g, brokuły 25g jarzy. 25g, wywar 95ml), z k. manną 20g, ziel. pietr. 5g, śmiet. 5g. <u>II danie:</u> 2,3Kotlet ze schabu 90g, Ziemniaki z kop. 150g, Marchewka z groszki. 100g. Arbuz 100g. Kompot wielowocowy z cukrem 200ml.</p> <p>Alergeny*: 1, 2, 3</p>	<p>1Kapuśniak z kap. kisz. na żeberkach-250ml (mięso krojone do zupy 25-30g, kapusta kisz. 65g-po ug., przed ug.100g, wywar 108ml), z jarzyn, 25g-po ug. i ziemniakami 52g-po ug. (przed ug. 80g), <u>II danie:</u> 200g-Kopytka leniwe z serem białym i cukrem (6,3ser biały 50 ,ziemniaki 150g-po ug. przed ug. 230g,cuki. 5g ). Ogórek ziel.do sch.40g Śliwka 100g. Kompot z cukr.200ml.</p> <p>Alergeny*: 1, 2, 3,6</p>	<p>Zupa ziemniaczana- 250ml na wywarze 1jarzynowym 25g-po ug., ziemni. 100g-po ug. (przed ug. 150g), ziel. pietr. 5g, koper 5g, wywar 115ml. <u>II danie:</u> Łazanki z 2makaronem 100g, mięsem 45g, 12kielbasą podwawel. 45g, kapustą kiszoną 100g. Pomidorki koktajl. 20g Nektarynka 100g. Kompot wielowocowy z miodem 200ml.</p> <p>Alergeny*: 1, 2, 12</p>	<p>Zupa pieczarkowa- 250ml na wywarze jarzynowym ( wywar 180 ml), z 2makaronem 10g, 1jarzynami25g ziel. pietr. 5g.zabi 6śmie. 5g. <u>II danie:</u> filet z,34miruny 90g (80g ryby+10g 2panierka), ziemniaki z koper.150g, Surówka z kap. kiszon. march., jabłka100g. Gruszka 100g. Kompot wielowocowy 200ml.</p> <p>Alergeny*: 1, 3, 4, 2</p>

<b>P O D W I E CZO REK</b>	<b>Pieczywo jasne 40g, pieczywo ciemne 20g, z masłem 10g, pomidorem 30g, szczypiorkiem 5g. Herbata owocowa 200ml.</b>	<b>2Chleb graham 60g, z 6masłem 10g, kremem czekoladow.20g-wyrób własny (awokado 20g banan 10g, kakao10g, rodzynki 10g, miód 5g). Herbata z cytryną 200ml.</b>	<b>Salatka letnia 100g. Pomidor 30g, ogórek zielony 40g, papryka żółta 20g, szczypiorek 10g. 2Chleb żytni 10-20g z 6masłem 10g. Lemoniada z miodem i cytryną 200ml wyrób własny.</b>	<b>Budyń śmietankowy niskosłodzony 150ml (100g 6mleka 3,2%) 2Wafle ryżowe 10-20g. Herbata owocowo- miętowa 200ml.</b>	<b>5,2,3Drożdżówka z serem białym 100g. Sok Jabłkowy 200ml.</b>
	<b>Alergeny*: 2, 6,</b>	<b>Alergeny*: 2, 6</b>	<b>Alergeny*: 2, 6</b>	<b>Alergeny*: 6, 2</b>	<b>Alergeny*: 2, 6, 5, 3</b>
			<b>Podpis Kucharki:</b>	<b>Podpis Intendenta:</b>	<b>Podpis Dyrektora:</b>

**\*Oznaczenia alergenów występujących w posiłkach:**

- |  |  |  |
|--|--|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Seler (w zupach, salatkach, pasztetach, przyprawach).</li> <li>2. Zboża zawierające gluten (w mące, pieczywie, kaszach, makaronach, płatkach, mące, przetw. mięsnych)</li> <li>3. Jaja i pr. pochodne – białko kurze.</li> <li>4. Ryby i produkty pochodne.</li> <li>5. Łubin (w mąkach).</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>6. Mleko i produkty pochodne.</li> <li>7. Mięczaki.</li> <li>8. Gorczyca (w musztardzie).</li> <li>9. Orzechy ziemne (poza czystą postacią w ciastach, czekoladzie, deserach).</li> <li>10. Ziarno sezamu (w pieczywie, ciastach, kremach, lodach, słodyczach).</li> <li>11. Skorupiaki.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>12. Soja (w wędlinach, pasztetach, majonezach, margar., pieczywie, wyr. cukier., czekoladach, lodach).</li> <li>13. Dwutlenek siarki E220-227 – konserwant (w napojach gaz. , suszonych owocach, pr. mięsnych).</li> <li>14. Orzechy (poza czystą postacią w ciastach, deserach, czekoladach).</li> </ol> |
|--|--|--|

Produkty gotowe, np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, wyroby z mięsa mogą zawierać śladowe ilości alergenów: gluten, mleko, jaja, soję, orzechy, seler, gorczyca. Przyprawy używane do przygotowywania posiłków, to: pieprz, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, kminek, majeranek, tymianek, bazylija, ziola prowansalskie, papryka słodka, imbir, cynamon, ...

Waga średnia produktów używanych do sporządzania posiłków podana jest w gramach/dziecko, po ugotowaniu. Średnia wagowa odnosi do 100 dzieci.