

JADŁOSPIS

poniedziałek 09.01

śniadanie: jajko na twardo; kanapka z 1/2 bułki z masłem, sałatą, polędwicą sopocką i ogórkiem; warzywa do chrupania; herbata z cytryną; kakao (1, 3, 7)

zupa: kalafiorowa (7, 9)

drugie danie: makaron z sosem bolognese; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika (1, 3)

drugie danie wegetariańskie: makaron z sosem z pomidorów pelati z ziołami; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika (1, 3, 9)

napój: woda mineralna; herbata z cytryną

podwieczorek: SANTE POP'N Chrup Wafle Kukurydziane 22 g; sok

wtorek 10.01

śniadanie: crunchy z owocami z jogurtem naturalnym; kanapka z pieczywa razowego z pasztetem i pomidorem, ogórek kwaszony; herbata z cytryną (1, 5, 7, 10, 11)

zupa: barszcz ukraiński (7, 9)

drugie danie: gyros z kurczaka; sos tzatziki; ryż; mix sałat z papryką i ogórkiem (7)

drugie danie wegetariańskie: ratatouille warzywne z soczewicą; ryż; mix sałat z papryką i ogórkiem

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: ciastka owsiane z kokosem i czekoladą Sante; woda mineralna (1, 3, 7)

środa 11.01

śniadanie: kanapka z pieczywa razowego z masłem, ogórek, papryka; kanapka z 1/2 bułki z sałatą, kiełbasą żywiecką i ogórkiem; rzodkiewka do chrupania; herbata z cytryną; mleko; jajecznica z 1 jajka na maśle (1, 3, 7)

zupa: rosół z makaronem i marchewką (1, 3, 9)

drugie danie: odwrócone gołąbki z ryżem z sosem pomidorowym; kasza pęczak, bulgur i soczewica; mizeria na sałacie lodowej (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: racuchy z gotowanych ziemniaków z duszonymi warzywami; mizeria na sałacie lodowej (1, 3, 7)

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: mleko smakowe; andruty (1,7)

czwartek 12.01

śniadanie: domowa zapiekanka z serem mozzarella i szynką, z sosoem pomidorowo-bazyliowym; warzywa do chrupania; herbata z cytryną; kakao (1, 7)

zupa: pomidorowa z makaronem (1, 9)

drugie danie: kotlet schabowy panierowany w otrębach pszennych; ziemniaki; surówka z kiszonych ogórków i pomidorów, z cebulą (1, 3, 10)

drugie danie wegetariańskie: lasagne ze szpinakiem i warzywami z sosem śmietanowym; surówka z kiszonych ogórków i pomidorów, z cebulą (1, 3, 7, 10)

napój: herbata z cytryną; woda mineralna

podwieczorek: baton mleczna krówka Bakalland 25 g; woda mineralna (1,7)

piątek 13.01

śniadanie: kanapka z 1/2 bułki grahamki sałatą, serem żółtym i papryką; wafel z pastą jajeczną; rzodkiewka do chrupania; kakao; herbata z cytryną (1, 3, 7)

zupa: ogórkowa (7, 9)

drugie danie: naleśniki z białym serem, z jogurtem; sałatka owocowa (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: naleśniki z białym serem, z jogurtem; sałatka owocowa (1, 3, 7)

napój: napój z zielonej herbaty i cytrusów; woda mineralna

podwieczorek: pałka kukurydziana One snack; sok

WYKAZ ALERGENÓW:

1. Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) i produkty pochodne
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jajka i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
8. Orzechy tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, nerkowce, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje, orzechy makadamia i produkty pochodne
9. Seler zwyczajny i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO₂
13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne