

10.03 – 14.03.2025

w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności, które ze szczególnym uwzględnieniem alergenów, muszą być łatwo dostępne tak, aby rodzic miał świadomość, że w odniesieniu do danej żywności występują kwestie związane z alergiami i nietolerancją pokarmową. W związku z powyższym przy jadłospisie będzie można znaleźć spis alergenów

Śniadanie

8:30 – 09:00

- Pieczywo pszenne 263kcal, pieczywo razowe 247 kcal
- Mleko, kakao, kawa Inka,
- herbata z cytryną,
- **Serek żółty 402,5kcal**
- **Owsianka na mleku**
- Dodatkowo: Pomidor 23kcal, ogórek zielony 14kcal, ogórek kiszony 10,5 kcal, papryka czerwona 39,9 kcal)

*mąka: pszenna, razowa, żytnia, mleko, jajka

Podobiadek

10:00 – 10:15

Talerz owoców
Gruszka 52,1kcal

Obiad I/II danie

11:00 – 11:30 / 13:30 – 14:00

Poniedziałek

- Zupka Jasia i Małgosi – ogórkowa z ziemniakami 120kcal
- Pancakes kakaowe z twarogiem 227kcal i sosem wiśniowym 74kcal Woda mineralna / kompicik wieloowocowy
- Bezmleczne - pan cakes bez dodatku jajka i mleka
- Bezglutenowe- pan cakes bananowe

* mąka, jaja, drożdżowe, seler, pietruszka, gluten, nabiał

Dieta bezmleczna- polewa malinowa, kotleciki jaglane

Podwieczorek

15:30 – 15:45

- **Kanapeczki ze świeżymi warzywami 137kcal**

Chrupiące rarytasy żurawina 299,2kcal
woda mineralna

Wtorek

- **Pasta z ciecierzycy 158kcal**
- Pieczywo pszenne 263kcal, pieczywo razowe 247 kcal
- **Wędlinka drobiowa 92kcal**
- Mleko, kakao, kawa Inka,
- Herbata z cytryną
- Dodatkowo: Pomidor 23kcal, ogórek zielony 14kcal, ogórek kiszony 10,5 kcal, papryka czerwona 39,9 kcal

*mąka pszenna, razowa, żytnia mleko, jajka,

Talerz owoców
Pomarańcza 45,9kcal

- Zupka Małej Przytulanki – pomidorowa z ryżem 108kcal
- Rumsztyk z cebulką 134kcal, ziemniaki puree 88,4kcal, buraki 147,5kcal
- Woda mineralna / kompicik wieloowocowy
- *jajka, gluten, seler, pietruszka
- Dieta bezmięsa - kotlecik z marchewki z dodatkiem cebulki 154kcal

- **Kanapeczki z konfiturą truskawkową 68kcal**

Chrupiące rarytasy Ogórek zielony 52,1kcal
woda mineralna

Środa

- **Paszтет drobiowy 341kcal**
- Pieczywo pszenne 263kcal, pieczywo razowe 247 kcal
- **Serek żółty 402,5kcal**
- Mleko, kakao, kawa Inka,
- herbata z cytryną
- Dodatkowo: Pomidor 23kcal, ogórek zielony 14kcal, ogórek kiszony 10,5 kcal, papryka czerwona 39,9 kcal

*mąka pszenna, razowa, żytnia mleko, jajka,

Smoothie z nasionami chia 345kcal

- Zupka Słowika - zupa fasolowa z ziemniakami i kiełbasą 159kcal
- Pierogi ruskie, śmietana 216kcal
- Woda mineralna / kompicik wieloowocowy
- Bezmięsne - fasolowa z kiełbaską vege
- Bezmleczne - -pierogi z ziemniakami i cebulka śmietana vege
- *jaja, gluten, seler, pietruszka, migdały, miód

- **kanapki z miodem 330kcal**

Chrupiące rarytasy marchewka 14kcal

woda mineralna

Czwartek

- **Warkocz czosnkowo-ziółty 334kcal (wypiek własny)**
- **Pasta z zielonego groszku 559kcal**
- **Wędlinka drobiowa 92kcal**
- Mleko, kakao, kawa Inka, herbata z cytryną,
- Dodatkowo: Pomidor 23kcal, ogórek zielony 14kcal, ogórek kiszony 10,5 kcal, papryka czerwona 39,9 kcal

*mąka pszenna, razowa, żytnia, mleko, jajka

Talerz owoców
Banan 88kcal

- Zupka Calineczki - krem z cebuli z prażonymi migdałami 46kcal
- Gołąbki niespodzianki z sosem pomidorowym 608kcal
- Woda mineralna / kompicik wieloowocowy
- Dieta bezmięsa - kiełbaski vege
- *jaja, gluten, seler, pietruszka

- **Kanapeczki z warzywami 137kcal i powidłami owocowymi 68kcal**

woda mineralna

Piątek

- **Pasta z jajka z dodatkiem wędliny 361kcal**
- **Serek żółty 402,5kcal**
- **Kaszka manna na mleku 187kcal**
- Pieczywo pszenne 263kcal, pieczywo razowe 247 kcal
- Mleko, kakao, kawa Inka, herbata z cytryną
- Dodatkowo: Pomidor 23kcal, ogórek zielony 14kcal, ogórek kiszony 10,5 kcal, papryka czerwona 39,9 kcal
- *mąka pszenna, razowa, mleko, jajka, tuńczyka

*Alergeny pokarmowe

Talerz owoców
Jabłko 47,1kcal

- Zupka Królowej Żabki - wielowarzywna z marchewką i fasolką szparagową 115kcal
- Rybka panierowana 196,90kcal, ziemniaki puree 88,4kcal, surówka z kapusty kiszzonej 73,3kcal
- Woda mineralna / kompicik wieloowocowy

*jajka, seler, pietruszka, gluten, nabiał

- **Drożdżówka z serem 315kcal (wypiek własny)**

woda mineralna

* Intendent zastrzega sobie prawo do modyfikacji jadłospisów

(ewentualne w zmiany w jadłospisie zostaną podane na tablicy ogłoszeń oraz na stronie internetowej placówki