

Jadłospis 01-05 czerwca

	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek	Chleb ziarnisty ^{3,11} (35g) z masłem ¹ (3g), żółtym serem ¹ (20g) i pomidorem (50g). Jabłko (50g). Kakao naturalne na mleku ¹ /woda (150ml)	I: Zupa krupnik z kaszą jęczmienną ^{3,7} (180ml). II: Makaron kolanka z mięsem indyka w sosie bolognesse ³ (180g). Kompot owocowy/woda (150ml).	Budyń waniliowy ¹ z puree z mango (120g). Wafle ryżowe (20g). Herbata ziołowa/woda (150ml).
Wtorek	Płatki owsiane na mleku ^{1,3} (150ml). Bułka paryska ³ (35g), z masłem ¹ (3g), jajkiem na twardo ² (20g) i bukietem warzyw (sałata, pomidor, ogórek, kalarepa, papryka, rzodkiewka)- (50g). Herbata owocowa/woda (150ml).	I: Zupa jarzynowa z ziemniakami ^{1,7} (180ml). II: Ziemniaki gotowane z koperkiem (40g), kotleciki mielone z mięsa wieprzowego ^{2,3} (40g), marchewka gotowana z groszkiem ³ (50g). Herbata z cytryną/woda (150ml).	Chałka z masłem ^{1,2,3} (120g). Owoce sezonowe (50g). Herbata ziołowa/woda (150ml).
Środa	Kasza kukurydziana na mleku ¹ (150ml). Chleb słonecznikowy ³ (35g), z masłem ¹ (3g), indykiem pieczonym w ziołach domowego wypieku (20g) i bukietem warzyw (sałata, pomidor, ogórek kiszony, kalarepa, papryka, rzodkiewka) Herbata z cytryną/woda (150ml).	I: Zupa krem z ziemniaka i pora ⁷ z groszkiem ptysiowym ^{2,3} (180ml). II: Ryż paraboliczny (40g), mięso drobiowe duszone w sosie słodko-kwaśnym z warzywami (40g), surówka z białej kapusty i marchewki (50g). Kompot owocowy/woda (150ml).	Smoothie - brzoskwinia , banan, burak (120g). Chrupki kukurydżiane (20g) Herbata ziołowa/woda (150ml).
Czwartek	BOŻE CIAŁO	BOŻE CIAŁO	BOŻE CIAŁO
Piątek	Chleb biały ³ (35g) z masłem ¹ (3g), szynką drobiową (20g) i bukietem warzyw (sałata, pomidor, ogórek, kalarepa, papryka, rzodkiewka, ogórek kiszony) - (50g). Kawa zbożowa ¹ /woda (150ml).	I: Zupa pomidorowa z ryżem ^{1,7} (180ml). II: Makaron kokardki z serem i musem truskawkowym ^{1,3} (100g). Kompot owocowy/woda (150ml).	Wafle tortowe z serkiem waniliowym i brzoskwinia ^{1,3,8} (120g). Owoce sezonowe (50g). Herbata rumiankowa/woda (150ml).

Jadłospis 08-12 czerwca

	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek	Tosty żytnie z serem ^{1,3} (50g) i bukieciem warzyw (sałata, pomidor, ogórek, kalarepa, papryka, rzodkiewka)- (50g). Kakao naturalne na mleku ¹ /woda (150ml)	I: Zupa warzywna z lanymi kluskami ^{3,7} (180ml). II: Makaron muszelki z piersią kurczaka w sosie brokułowo- serowym ^{1,3} (180g). Kompot owocowy/woda (150ml).	Kisiel domowy o smaku żurawinowym z tartym jabłkiem (150ml). Owoce sezonowe (50g). Herbata ziołowa/woda (150ml).
Wtorek	Kasza kukurydziana na mleku ¹ (150ml). Chleb staropolski ³ (35g) z masłem ¹ (3g), serkiem śmietankowym ¹ (20g) i bukieciem warzyw (sałata, pomidor, ogórek, kalarepa, papryka, rzodkiewka)- (50g). Herbata owocowa/woda (150ml).	I: Zupa z fasolki szparagowej ⁷ (180ml). II: Ziemniaki gotowane z koperkiem (40g), kotleciki z piersi kurczaka ^{2,3} (40g), warzywa na parze (50g). Herbata z cytryną/woda (150ml).	Smoothie - szpinak, jabłko, banan (120g). Chrupki kukurydziane (20g) ^{2,3} . Herbata ziołowa/woda (150ml).
Środa	Płatki owsiane na mleku ^{1,3} (150ml). Chleb ziarnisty ^{3,11} (35g) z masłem ¹ (3g) schabem pieczonym w ziołach domowego wypieku (20g) i bukieciem warzyw (sałata, pomidor, ogórek, kalarepa, papryka, rzodkiewka)- (50g). Herbata z cytryną/woda (150ml).	I: Zupa krem z marchewki i kukurydzy ⁷ z groszkiem ptysiowym ^{2,3} (180ml). II: Potrawka warzywna z soczewicą i ryżem (180g). Kompot owocowy/woda (150ml).	Pudding z nasion chia z mlekiem , jogurtem i gruszką ¹ (120g). Wafle ryżowe (20g). Owoce sezonowe (50g). Herbata ziołowa/woda (150ml).
Czwartek	Lane kluski na mleku ^{1,3} (150ml). Chleb słonecznikowy ³ (35g), z masłem ¹ (3g), twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem ¹ (20g) i bukieciem warzyw (sałata, pomidor, ogórek, kalarepa, papryka, ogórek kiszony) - (50g). Herbata owocowa/woda (150ml).	I: Zupa barszcz ukraiński ^{1,7} (180ml). II: Kasza bulgur ³ (40g), gotówki bez zawijania sosie pomidorowym ^{2,3} (40g), surówka z ogórka kiszzonego i marchewki ² (50g). Herbata z cytryną/woda (150ml).	Ciasto domowego wypieku z brzoskwinia ^{2,3} (50g). Owoce sezonowe (50g). Herbata ziołowa/woda (150ml).
Piątek	Chleb dyniowy ³ (35g) z masłem ¹ (3g), szynką drobiową (20g) i bukieciem warzyw (sałata, pomidor, ogórek, kalarepa, papryka, rzodkiewka)- (50g). Kawa zbożowa ¹ /woda (150ml).	I: Zupa jarzynowa ^{1,7} (180ml). II: Ziemniaki gotowane z koperkiem (40g), rybka pieczona w sosie koperkowym ^{3,6} (40g) surówka z kiszonej kapusty, marchewki, jabłka i oliwy z oliwek (50g). Herbata z cytryną/woda (150ml).	Salatka z owoców sezonowych (banan, jabłko, gruszka, brzoskwinia, rodzynki, ananas) (120g). Wafle kukurydziane (20g). Herbata ziołowa/woda (150ml).

Jadłospis 15-19 czerwca

	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek	Bułka paryska³ (35g) z masłem¹ (3g), jajecznica² ze szczypiorkiem i pomidorem (50g). Kawa zbożowa na mleku¹/woda (150ml).	I: Zupa koperkowa z kaszą manną^{3,7} (180ml). II: Makaron razowy z piersią kurczaka w sosie neapolitańskim³ (180g). Kompot owocowy/woda (150ml).	Płatki owsiane na mleku z puree z mango i suszoną żurawiną^{1,3} (150g). Owoce sezonowe (50g). Herbata ziołowa/woda (150ml).
Wtorek	Płatki ryżowe na mleku¹ (150ml). Chleb staropolski³ (35g) z masłem¹ (3g), żółtym serem¹ (20g) i bukietem warzyw (sałata, pomidor, ogórek, kalarepa, papryka) - (50g). Herbata owocowa/woda (150ml).	I: Zupa ogórkowa z ziemniakami^{1,7} (180ml). II: Kasza gryczana (40g), pulpety wieprzowe w sosie własnym^{2,3} (40g), mizeria¹ (50g). Herbata z cytryną /woda (150ml).	Galaretka owocowa z tartym jabłkiem (150g). Chrupki kukurydziane (20g). Herbata ziołowa/woda (150ml).
Środa	Lane kluski na mleku^{1,3} (150ml). Chleb ziarnisty³ (35g), z masłem¹(3g), pasztetem z indyka^{2,3} (20g) i ogórkiem kiszonym (50g). Herbata z cytryną/woda (150ml)	I: Zupa krem z białych warzyw i kalafiora⁷ z groszkiem ptysiowym^{2,3} (180ml). II: Ziemniaki gotowane z koperkiem (40g), kotleciki pożarskie^{2,3} (40g), buraczki zasmażane na ciepło³ (50g). Kompot owocowy/woda (150ml).	Jogurt grecki¹ (80g) z miodem⁹ (3g) i granolą owocową³ (40g). Owoce sezonowe (50g). Herbata ziołowa/woda (150ml).
Czwartek	Kasza manna na mleku^{1,3} (150ml). Chleb dyniowy³ (35g) z masłem¹ (3g), pastą twarogową z szynką¹ (20g) i bukietem warzyw (sałata, pomidor, ogórek, kalarepa, papryka) - (50g). Herbata owocowa/woda (150ml).	I: Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami^{3,7} (180ml). II: Kluseczki leniwe z twarogiem i bułeczką tartą^{1,2,3} (100g), surówka z marchewki i jabłka (50g). Herbata z cytryną /woda (150ml).	Smoothie - ananas , jabłko, banan, jarmuż (120g). Wafle kukurydziane (20g). Herbata ziołowa/woda (150ml).
Piątek	Chleb słonecznikowy³ (35g) z masłem¹ (3g), serkiem śmietankowym¹ (20g) i bukietem warzyw (sałata, pomidor, ogórek, kalarepa, papryka) - (50g). Kakao naturalne na mleku¹/woda (150ml).	I: Zupa brokułowo-serowa^{1,7} (180ml). II: Ziemniaki gotowane z koperkiem (40g), panierowane fileciki rybne^{2,3,6}(40g), surówka z kiszonej kapusty, marchewki, jabłka i oliwy z oliwek (50g). Kompot owocowy/woda (150ml).	Ciasto domowego wypieku z gruszką^{2,3} (50g). Owoce sezonowe (50g). Herbata ziołowa/woda (150ml).

INFORMUJEMY PAŃSTWA, ŻE JADŁOSPIS PLANOWANY JEST Z WYPRZEDZENIEM, W ZWIĄZKU Z TYM MOŻE ON ULEC ZMIANIE ZE WZGLĘDU NA CZYNNIKI ZEWNĘTRZNE NP. NIEDOSTĘPNOŚĆ DANEGO PRODUKTU.

Jadłospis 22-26 czerwca

	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek	Chleb ziarnisty^{3,11} (35g) z masłem¹ (3g), żółtym serem¹ (20g) i pomidorem (50g). Jabłko (50g). Kakao naturalne na mleku¹/woda (150ml)	I: Zupa pomidorowa z ryżem^{1,7} (180ml). II: Makaron świderki z piersią kurczaka ze szpinakiem w sosie śmietanowo-ziółowym^{1,3} (180g). Kompot owocowy/woda (150ml).	Budyń waniliowy¹ z puree z mango (120g). Owoce sezonowe (50g). Wafle ryżowe (20g). Herbata ziółowa/woda (150ml).
Wtorek	Kasza kukurydziana na mleku¹ (150ml). Bułka paryska³ (35g), z masłem¹ (3g), jajkiem na twardo² (20g) i bukietem warzyw (sałata, pomidor, ogórek, papryka, rzodkiewka)- (50g). Herbata owocowa/woda (150ml).	I: Zupa kapuśniak z młodej kapusty⁷ (180ml). II: Ziemniaki gotowane z koperkiem (40g), kotleciki mielone z mięsa wieprzowego^{2,3} (40g), marchewka gotowana z groszkiem³ (50g). Herbata z cytryną/woda (150ml).	Chałka z masłem^{1,2,3} (120g). Owoce sezonowe (50g). Herbata ziółowa/woda (150ml).
Środa	Płatki jęczmienne na mleku^{1,3} (150ml). Chleb słonecznikowy³ (35g), z masłem¹ (3g), indykiem pieczonym w ziołach domowego wypieku (20g) i bukietem warzyw (sałata, pomidor, ogórek kiszony, kalarepa, papryka, rzodkiewka Herbata z cytryną/woda (150ml).	I: Zupa krem z ziemniaka i pora⁷ z groszkiem ptysiowym^{2,3} (180ml). II: Kasza gryczana (40g), gulasz drobiowy z warzywami³ (40g), surówka colesław z białej kapusty, marchewki, jabłka i natki pietruszki² (50g). Kompot owocowy/woda (150ml).	Smoothie - brzoskwinia , banan, burak (120g). Wafle kukurydziane (20g) Herbata ziółowa/woda (150ml).
Czwartek	Płatki owsiane na mleku^{1,3} (150ml). Chleb dyniowy³ (35g), z masłem¹ (3g), pastą jajeczną ze szczypiorkiem² (20g) i bukietem warzyw (sałata, pomidor, ogórek kiszony, papryka, rzodkiewka Herbata owocowa/woda (150ml).	I: Zupa buraczkowa z ziemniakami^{1,7} (180ml). II: Kasza bulgur³ (40g), pulpety z soczewicy w sosie pomidorowym^{2,3} (40g), mizeria¹ (50g). Herbata z cytryną /woda (150ml).	Gofry szpinakowe z jogurtem śmietankowym^{1,2,3} (120g). Herbata ziółowa/woda (150ml).
Piątek	Chleb biały³ (35g) z masłem¹ (3g), szynką drobiową (20g) i bukietem warzyw (sałata, pomidor, ogórek, papryka, rzodkiewka, ogórek kiszony) - (50g). Kawa zbożowa¹/woda (150ml).	I: Zupa barszcz biały zabielała śmietaną^{1,2,7} (180ml). II: Ziemniaki gotowane z koperkiem (40g), panierowane fileciki rybne^{2,3,6} (40g), surówka z kiszonej kapusty, marchewki, jabłka i oliwy z oliwek (50g). Kompot owocowy/woda (150ml).	Wafle tortowe z serkiem waniliowym i gruszką^{1,3,8} (120g). Herbata rumiankowa/woda (150ml).

INFORMJEMY PAŃSTWA, ŻE JADŁOSPIS PLANOWANY JEST Z WYPRZEDZENIEM, W ZWIĄZKU Z TYM MOŻE ON ULEC ZMIANIE ZE WZGLĘDU NA CZYNNIKI ZEWNĘTRZNE NP. NIEDOSTĘPNOŚĆ DANEGO PRODUKTU.

Woda do picia jest stale dostępna.

Natka i koperek do zupy podawane są na życzenie dzieci.

• **ALERGENY**

INFORMACJA O ALERGENACH

Zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady N 1169/2011 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 jest spis alergenów, a przy każdym posiłku numer alergenu jaki zawiera.

Numery alergenów występujących w posiłkach:

- 1.MLEKO - i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
- 2.JAJA - i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
- 3.ZBOŻA - zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz)
4. ORZECHY - (migdały, orzechy laskowe, orzech włoskie, orzechy nerkowe, orzechy brazylijskie i ich pochodne)
5. ORZECHY ZIEMNE - i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
6. RYBY - i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
7. SELER - i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
8. SOJA - i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
9. MIÓD - (produkty przygotowane na ich bazie)
10. GORCZYCA - i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
11. NASIONA SEZAMU - i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
12. MIĘCZAKI - i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)

- Wędliny mogą zawierać seler, gorczyce, ziarna sezamu według oświadczenia producenta.
- Codziennie dzieci mają nieograniczony dostęp do wody mineralnej niegazowanej.
- Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, pieprz ziółowy, ziele angielskie, liście laurowe, majeranek, oregano, bazylia tymianek, kminek, zioła prowansalskie, papryka słodka, sól o obniżonej zawartości sodu, jarzynka bez soli oraz świeże zioła.
- Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe np.: kakao, herbata, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa, mogą zawierać alergen; glutenu, laktozy, soi, orzechów, selera i gorczycy.