|  |  |
| --- | --- |
| ***10/10/2022*** | ***Poniedziałek***  |
| ***Śniadanie I*** | **-** chleb pszenno żytni ***(mąka żytnia, pszenna*),** masło ***(białka mleka)***, kiełbasa żywiecka ***(skrobia pszenna, białka mleka, orzechy, jajo kurze, seler, sezam, gorczyca),***sałata zielona, pomidor koktajlowy- migdały- kawa z mlekiem ***( białka mleka, jęczmień żyto)*** |
| ***Śniadanie II*** | - rogalik maślany  ***(mąka pszenna, białka mleka)***- śliwki- woda z cytryną i miodem |
| ***Obiad*** | - zupa grochowa z grzankami  ***( pszenica, seler)***- makaron ze szpinakiem i serem parmezanem ***(mąka pszenna, białka mleka),*** - banan- kompot |
| ***11/10/2022*** | ***Wtorek*** |
| ***Śniadanie I*** | - chleb pszenno – żytni ***(mąka pszenna, mąka żytnia),*** masło, ser żółty (***białka mleka***), sałata zielona, rzodkiewka, papryka czerwona, - ½ jabłka- herbata z cytryną |
| ***Śniadanie II*** | - gotowana gruszka z musem waniliowym ***( białka mleka)***- wafle ryżowe 7 ziaren |
| ***Obiad*** | - zupa koperkowa z ryżem ***(białka mleka, seler)******-*** schab w sosie własnym, ziemniaki - surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i jabłkiem- kompot |
| ***12/10/2022*** | ***Środa*** |
| ***Śniadanie I*** | - chleb grahamek ***(mąka żytnia, pszenna, graham),*** masło, pasztet pieczony ***( seler, pszenica, soja, jaja)*** ogórek kiszony- ½ kiwi - kakao ***( białka mleka)*** |
| ***Śniadanie II*** | - bułka kajzerka ***(mąka pszenna)*** , masło **(*białka mleka)***, pasta z jajek z avocado i porem ***(jajo kurze)*** , szczypiorek marchewka do chrupania- herbata z lipy |
| ***Obiad*** | - zupa pieczarkowa z makaronem zacierką ***( seler, białka mleka, mąka pszenna)***- ryż z musem truskawkowym ***(białka mleka)***- orzechy nerkowca- kompot |
| ***13/10/2022*** | ***Czwartek*** |
| ***Śniadanie I*** | - bułka hertowa ***(mąka pszenna, żytnia, białka mleka),*** masło, serek Bryndza (***białka mleka***) dżem 100% zupa mleczna z płatkami owsianymi  ***(białka mleka, owies)***- kalarepka do chrupania |
| ***Śniadanie II*** | - budyń waniliowy ***( białka mleka)***- winogrono- sok wieloowocowy 100% |
| ***Obiad*** | - krem brokułowy z groszkiem ptysiowym ***(białka mleka, seler, jako kurze, mąka pszenna)***- gulasz wieprzowy z kaszą jęczmienną ***(jęczmień, mąka pszenna)***- buraczki zasmażane ***(mąka pszenna, białka mleka)******-*** kompot |
| ***14/10/2022*** | ***Piątek*** |
| ***Śniadanie I*** | - chleb okrągły ***(mąka żytnia, pszenna),*** masło ***(białka mleka)***, parówka z szynki ***(gluten, seler, soja, mleko),*** ketchup ***(seler),*** rzodkiewka- herbata z mlekiem ***(białka mleka)*** |
| ***Śniadanie II*** | - galaretka owocowa z bitą śmietaną i płatkami migdałowymi ***(białka mleka)***- ½ banana  |
| ***Obiad*** | - krupnik z kaszą jęczmienną ***(białka mleka, seler, jęczmień)***- medaliony z dorsza z ziemniakami ***( mąka pszenna, jaja, dorsz)***- surówka z kiszonej kapusty- lemoniada |
| ***17/10/2022*** | ***Poniedziałek*** |
| ***Śniadanie I*** | **-** chleb pszenno-żytni ***(mąka żytnia, pszenna*),** masło, bryndza owcza ***(białka mleka)***, pomidor, cebulka zielona, - herbata owocowa |
| ***Śniadanie II*** | - chałka ***(mąka pszenna, jaja, białka mleka, orzechy ziemne)***- Actimel ***(białka mleka)***- melon  |
| ***Obiad*** | - zupa ziemniaczana z koperkiem ***(seler, białka mleka)***- gulasz wołowy z warzywami i kaszą bulgur ***(mąka pszenna)***- kompot |
| ***18/10/2022*** | ***Wtorek*** |
| ***Śniadanie I*** | - chleb pszenno żytni ***(mąka żytnia, pszenna),*** masło ***(białka mleka),*** pasta z ciecierzycy z suszonymi pomidorami, ogórek kiszony, - kawa z mlekiem ***(białka mleka)*** |
| ***Śniadanie II*** | - bułeczka grahamka ***(mąka graham, żytnia, pszenna)*** , masło, szynka konserwowa, ***(mleko, zboża, soja, seler, gorczyca)*** zielona sałata- herbata z cytryną |
| ***Obiad*** | - zupa jarzynowa z ryżem i kalafiorem ***(białka mleka, seler)***- kluski leniwe ***(mąka pszenna, białka mleka)******-*** woda z miętą i cytryną |
| ***19/10/2022*** | ***Środa*** |
| ***Śniadanie I*** | - chleb grahamek ***(mąka pszenna, żytnia),*** masło ***(białka mleka),*** szynka domowa ***(seler)***, ogórek świeży, cebulka zielona,- kakao ***(białka mleka)*** |
| ***Śniadanie II*** | - pudding jaglano-bananowy ***(białka mleka)***- mandarynka |
| ***Obiad*** | - zupa pomidorowa z makaronem zacierką ***(białka mleka, seler, mąka pszenna)***- kurczak w sosie curry, sałata lodowa z gruszką, prażonym słonecznikiem i sosem winegret***-***  kompot |
| ***20/10/2022*** | ***Czwartek*** |
| ***Śniadanie I*** | - chleb słonecznikowy ***(mąka żytnia, pszenna),*** masło ***( białka mleka),*** miód***,*** zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, marchewka do chrupania |
| ***Śniadanie II*** | - Jogurt „Piątuś” ***(białka mleka)*** ***-*** kaki- sok wieloowocowy 100% |
| ***Obiad*** | - zupa grysikowa z jarzynami ***( mąka pszenna, seler)*****-** pulpety w sosie pomidorowym z ziemniakami  ***(mąka pszenna)******-*** mizeria z jogurtem naturalnym i koperkiem ***(białka mleka)***- woda z miętą |
| ***21/10/2022*** | ***Piątek***  |
| ***Śniadanie I*** | - chleb okrągły ***(mąka pszenna, żytnia),*** masło, pasta serowo rybna (***białka mleka***), papryka czerwona- herbata z cytryną |
| ***Śniadanie II*** | - kasza kuskus ***(mąka pszenna)*** z jabłuszkiem prażonym, jogurtem naturalnym **(białka mleka)**- sok Kubuś |
| ***Obiad*** | - krupnik z kaszą jęczmienną ***(białka mleka, seler, jęczmień)***- łazanki z mięsem i kapustą ***( mąka pszenna)***- kompot |

 **Woda mineralna niegazowana do picia dostępna przez cały dzień na salach.**

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liście laurowe, majeranek, oregano, bazylia, tymianek, kminek, zioła prowansalskie, papryka słodka, papryka ostra, imbir, gałka muszkatołowa sól o obniżonej zawartości sodu, lubczyk, kolendra oraz świeże zioła.

Skład wszystkich przygotowywanych w tutejszej kuchni potraw, produktów spożywczych podawanych dzieciom oraz lista alergenów zgodna z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności, znajdują
się /do wglądu/ w sekretariacie.

***Alergeny, występujące w jadłospisie zaznaczone są kursywą i pogrubieniem.***