|  |  |
| --- | --- |
| ***07/11/2022*** | ***Poniedziałek*** |
| ***Śniadanie I*** | - chleb pszenno – żytni ***(mąka pszenna, mąka żytnia),*** masło, ser żółty (***białka mleka***), sałata zielona, papryka czerwona ,  - ½ jabłka  - herbata z cytryną |
| ***Śniadanie II*** | - gotowana gruszka z musem waniliowym ***( białka mleka)***  - wafle ryżowe 7 ziaren  - orzechy włoskie |
| ***Obiad*** | - zupa jarzynowa z kalafiorem i ryżem ***(białka mleka, seler)***  ***-*** polędwiczki wieprzowe w sosie cebulowo jabłkowym z kaszą bulgur  - surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, jabłkiem i cebulką,  - kompot |
| ***08/11/2022*** | ***Wtorek*** |
| ***Śniadanie I*** | - chleb grahamek ***(mąka graham, żytnia, pszenna),*** masło, serek Almette jogurtowy ***(białka mleka),*** cebula zielona, rzodkiewka, papryka żółta  - herbata z cytryną |
| ***Śniadanie II*** | - sałatka owocowa z bitą śmietaną  - wafle zbożowe sunny corn |
| ***Obiad*** | - zupa pomidorowa z ryżem na skrzydełkach z indyka ***(białka mleka, seler)***  - zapiekany makron z łososiem i warzywami ***(mąka pszenna)***  ***-*** kompot |
| ***09/11/2022*** | ***Środa*** |
| ***Śniadanie I*** | - bułka hertowa ***(mąka pszenna),*** masło, miód, zupa mleczna z płatkami owsianymi ***(białka mleka, owies)***  - rzodkiewka do chrupania  - herbata owocowa |
| ***Śniadanie II*** | - galaretka owocowa z bananem, bita śmietaną i płatkami migdałowymi ***(białka mleka),***  - czekolada bez cukru |
| ***Obiad*** | - rosół z makaronem nitki **(mąka pszenna, seler)**  - mięso wołowe mielone, ziemniaki  - mizeria z koperkiem i jogurtem naturalnym **(białka mleka)**  - kompot |
| ***10/11/2022*** | ***Czwartek*** |
| ***Śniadanie I*** | - chleb pszenno - żytni ***(mąka pszenna, żytnia),*** masło, (***białka mleka***) pasta z jajek z avocoado ***(jajo kurze)***  pomidorki koktajlowe,  - winogrono - kakao z mlekiem 3,2 % tł.***(białka mleka)*** |
| ***Śniadanie II*** | - serek waniliowy „Piątuś” ***(białka mleka)***  - melon |
| ***Obiad*** | - zupa pieczarkowa z kaszą ***(seler, białka mlek, jęczmień)***  - frykasy drobiowe z ziemniakami ***(mąka pszenna, jaja)*** - surówka z selera z rodzynkami, orzechami włoskimi i jogurtem naturalnym ***(białka mleka)*** - sok owocowy 100% |
|  | ***Piątek*** |
| ***Śniadanie I*** |  |
| ***Śniadanie II*** |  |
| ***Obiad*** |  |
| ***14/11/2022*** | ***Poniedziałek*** |
| ***Śniadanie I*** | **-** chleb pszenno-żytni ***(mąka żytnia, pszenna*),** masło, szynka drobiowa ***(mleko, zboża, soja, seler, gorczyca),*** pomidor koktajlowy, cebulka zielona,  - herbata z mlekiem |
| ***Śniadanie II*** | - chałka z masłem ***(mąka pszenna, jaja, białka mleka, orzechy ziemne) (białka mleka)***  - actimel ***(białka mleka)***  - mandarynki |
| ***Obiad*** | - zupa koperkowa z makaronem zacierką na skrzydełkach z indyka ***( seler, białka mleka, mąka pszenna)***  - gulasz meksykański z kaszą jęczmienną ***(mąka pszenna, jęczmień),*** ogórek kiszony  - kompot |
| ***15/11/2022*** | ***Wtorek*** |
| ***Śniadanie I*** | - chleb pasterski ***(mąka żytnia, pszenna, jęczmień białka mleka),*** masło, parówka z szynki ***(gluten, seler, soja, mleko),*** ketchup ***(seler),*** rzodkiewka - herbata owocowa - malina |
| ***Śniadanie II*** | - bułeczka grahamka ***(mąka graham, żytnia, pszenna)*** , masło, ser żółty ***(białka mleka)*** zielona sałata  - herbata z cytryną |
| ***Obiad*** | - zupa pieczarkowa z makaronem zacierką ***( seler, białka mleka, mąka pszenna)***  - ryż zapiekany z jabłkami, cynamonem i musem waniliowym  - kompot |
| ***16/11/2022*** | ***Środa*** |
| ***Śniadanie I*** | - bułka kajzerka ***(mąka pszenna),***  masło, zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi ***(białka mleka),***  dżem 100%  - kalarepka na przekąskę  - herbata z lipy |
| ***Śniadanie II*** | - jogurt pitny truskawkowy ***(białka mleka)***  - ¼ kaki  - andruciki |
| ***Obiad*** | - zupa pomidorowa z ryżem na skrzydełkach z indyka ***(białka mleka, seler)***  **-** kotlet schabowy z ziemniakami ***(jajo kurze ,pszenica)***  - kapusta kiszona gotowana- kompot |
| ***17/11/2022*** | ***Czwartek*** |
| ***Śniadanie I*** | - chleb pszenno – żytni ***(mąka żytnia, pszenna),*** masło, serek Bieluch naturalny ***(białka mleka),*** ogórek świeży, cebulka zielona,  - daktyle na przekąskę  - herbata malinowa |
| ***Śniadanie II*** | - drożdżówka z serem  ***(mąka pszenna, jaja, mleko w proszku***)  - mleko ***(białka mleka)*** |
| ***Obiad*** | - zupa ogórkowa z ziemniakami ***(seler, białka mleka)***  ***-*** spaghetti z mięsem drobiowym ***( mąka pszenna)*** sosem pomidorowo-warzywnym, serem parmezanem  - kompot |
| ***18/11/2022*** | ***Piątek*** |
| ***Śniadanie I*** | - chleb okrągły ***(mąka pszenna, żytnia),*** masło, pasta serowo rybna (***białka mleka***), papryka  - herbata z cytryną |
| ***Śniadanie II*** | - bułeczka kajzerka z masłem ***(pszenica, białka mleka)***  - sałatka grecka z serem feta, sosem winegret ***(białka mleka)*** - sok jabłkowy 100% |
| ***Obiad*** | - zupa grysikowa z jarzynami ***(pszenica, seler)***  ***-*** racuszki drożdżowe z jabłkami ***(mąka pszenna, jajka, białka mleka)***  - woda z miętą i cytryną |

**Woda mineralna niegazowana do picia dostępna przez cały dzień w 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.***