

**JADŁOSPIS**

**PONIEDZIAŁEK 02.01.2023**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Makaron alfabet 20g (1) na mleku 200g(7), chleb baltonowski 40g(1) z masłem 5g(7), wędlina 20g, ogórek kiszony 20g, herbata z cytryną 150g <b>II Śniadanie: Chipsy bananowe 10g</b>	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 200g(7,9) Gulasz* 60g, kasza jęczmienna 100g(1), surówka z kapusty pekińskiej 70g , kompot 150g	Rogal 40g (1) z masłem 5g(7), miód 10g, kakao 150g(7), orzechy 20g
Alergeny: 1-zboża, 7-mleko	Alergeny: 1- zboża, 7-mleko, 9 -seler	Alergeny; 1-zboża, 7-mleko

**WTOREK 03.01.2023**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Kawa inka 5g(1) na mleku 150g( 7), chleb pytlowy 40g(1) z masłem 5g (7), pasta z jaj ze szczypiorkiem 25g (3), rzodkiewka 30g <b>II Śniadanie: Gruszka 60g</b>	Zupa zacierkowa 200g (1,7, 9) Gołąbki bez zawijania* 60g (1,3) w sosie pomidorowym, ziemniaki puree z koperkiem 150g(7), ogórek świeży 30g, kompot 150g	Faworki z ciasta francuskiego 60g(1,3,7), jogurt owocowy 150g(7)
Alergeny: 1- zboża, 3- jaja, 7- mleko	Alergeny: 1- zboża, 3- jaja, 7-mleko, 9 -seler	Alergeny: 1-zboża , 3-jaja, 7-mleko

**ŚRODA 04.01.2023**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Kasza manna 20g(1) na mleku 200g (7), chleb baltonowski 40g(1) z masłem 5g (7), wędlina 20g, pomidor 25g, herbata z cytryną 150g <b>II Śniadanie: Ogórek 35g</b>	Zupa z soczewicy z ziemniakami 200g (9) Makaron 100g (1) z serem 40g(7) i truskawkami 60g, marchewka słupek 30g, kompot 150g	Bułka orkiszowa 40g(1) z masłem 5g(7), pasta z sardynek 20g (3,4), mięta 150g, jabłko 60g
Alergeny: 1-zboża, 7-mleko	Alergeny:1- zboża, 7-mleko, 9- seler	Alergeny: 1-zboża, 3- jaja, 4- ryba, 7- mleko

**CZWARTEK 05.01.2023 -**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Płatki pełnoziarniste 20g (1) na mleku 200g (7), chleb orkiszowy 40g (1) z masłem 5g(7), ser żółty 20g(7), pomidor 25g, herbata z cytryną 150g <b>II Śniadanie: Papryka 30g</b>	Zupa ogórkowa z ziemniakami 200g (7, 9) Ryba smażona **60g(1,3,4), ziemniaki puree z koperkiem 150g(7), surówka z kiszanej kapusty 70g, kompot 150g	Ryż 100g z jabłkiem duszonym z cynamonem, kisiel 150g
Alergeny: 1- zboża, 3- jaja, 7 - mleko	Alergeny; 1-zboża, 3- jaja, 4- ryby, 7- mleko, 9 - seler	Alergeny; 1- zboża, 3-jaja, 7-mleko

**PIĄTEK 06.01.2023 -~~Święto Trzech Króli~~**

<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>

Między posiłkami dzieciom podawana jest woda z cytryną

\* - obróbka termiczna mięsa - duszenie

\*\* - obróbka termiczna mięsa -smażenie

\*\*\* - obróbka termiczna mięsa z zastosowaniem pieca konwekcyjno-parowego

**SMACZNEGO !**

Informujemy, iż z przyczyn niezależnych od placówki jadłospis może ulec zmianie.

## JADŁOSPIS

<b>PONIEDZIAŁEK 09.01.2023</b>		
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Płatki jęczmienne 20g(1) na mleku 200g(7), chleb baltonowski 40g(1) z masłem 5g(7), twarożek z rzodkiewka 25g, ogórek 25g, herbata z cytryną 150g <b>II Śniadanie: Jabłko 40g</b>	Zupa z zielonych warzyw z ziemniakami 200g (9) Zapiekanka makaronowa z piersi kurczaka ***200 g (makaron, pierś z kurczaka, cebula, papryka, ser żółty), surówka z pomidorów 70g, kompot 150g	Chalka 40g(1) z masłem 5g(7), miód 5 g, budyń 150g(7), gruszka 60g
Alergeny: 1-zboża, 7- mleko	Alergeny: 1- zboża, 7-mleko, 9- seler	Alergeny: 1-zboża, 7- mleko
<b>WTOREK 10.01.2023</b>		
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Płatki orkiszowe 20g(1) na mleku 200g(7), chleb orkiszowy 40g(1) z masłem 5g (7), wędlina 20g, ogórek 25g, herbata z cytryną 150g, <b>II Śniadanie: Marchew 30 g</b>	Zupa pomidorowa z ryżem 200g (7,9) Kotlet schabowy**60g(1,3), ziemniaki puree z koperkiem 150g(7), kalafior 70g(7), kompot 150g	Chleb pytlowy 40g(1) z masłem 5g(7), pasta z tuńczyka 25g(4), mięta 150g, jabłko 60g
Alergeny: 1- zboża, 3- jaja, 7- mleko	Alergeny: 1- zboża, 3- jaja, 7-mleko, 9 -seler	Alergeny: 1-zboża, 4-ryba, 7-mleko
<b>ŚRODA 11.01.2023</b>		
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Zacierki20g (1) na mleku 200g (7), chleb wiejski 40g (1) z masłem 5g (7), 1/2 jajka na twardo ze szczypiorkiem 25g(3), ogórek kiszony 25g, herbata z cytryna 150g <b>II Śniadanie: Kalarepa 30g</b>	Zupa fasolowa z ziemniakami 200g (9) Naleśniki z serem 200g (1,3,7), polewa jogurtowo-cynamonowa (7), sałatka owocowa70g, kompot 150g	Paluch cynamonowy 60g(1) z masłem 5g(7), powidła śliwkowe 10g, mleko 150g(7), mandarynki 60g
Alergeny; 1-zboża, 7-mleko	Alergeny: 1-zboża, 3-jaja, 7- mleko, 9- seler	Alergeny: 1- zboża, 7- mleko
<b>CZWARTEK 12.01.2023</b>		
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Kakao 5g na mleku 150g (7), chleb baltonowski 40g(1) z masłem 5g (7), ser żółty 20g(7), sałata, pomidor 25g <b>II Śniadanie: Rzodkiewka 30g</b>	Zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem 200g (3,7, 9) Udko z kurczaka pieczone*** 60g, kasza orkiszowa 100g(1), marchewka z groszkiem 70g(7), kompot 150g	Chleb pytlowy 40g(1) z masłem 5g(7), wędlina 20g, ogórek 20g, herbata owocowa 150g, żurawina 10 g
Alergeny: 1-zboża, 7-mleko	Alergeny:1- zboża, 7-mleko, 9- seler	Alergeny: 1-zboża, 3-jaja, 7- mleko
<b>PIĄTEK 13.01.2023</b>		
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Kasza manna 20g(1) na mleku 200g (7), chleb pytlowy 40g (1) z masłem 5g(7), pasta z wędlin 20g, papryka 20g, herbata z cytryną 150g <b>II Śniadanie: Ogórek kiszony 25g</b>	Zupa pieczarkowa z makaronem 200g (1,7,9) Kotlet rybny** 60g (1,3,4), ziemniaki puree z koperkiem 150g(7), surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem 70g, kompot 150g	Pizza hawajska 100g(1,3), świeży sok tłoczony 150g
Alergeny: 1- zboża, 7 - mleko	Alergeny; 1-zboża, 3-jaja, 4- ryby, 7- mleko, 9 - seler	Alergeny; 1- zboża, 7-mleko

**Między posiłkami dzieciom podawana jest woda z cytryną**

\* - obróbka termiczna mięsa - duszenie

\*\* - obróbka termiczna mięsa -smażenie

\*\*\* - obróbka termiczna mięsa z zastosowaniem pieca konwekcyjno-parowego

**SMACZNEGO !**

**Informujemy, iż z przyczyn niezależnych od placówki jadłospis może ulec zmianie.**

## JADŁOSPIS

<b>PONIEDZIAŁEK 16.01.2023</b>		
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Ryż 20g na mleku 200g(7), chleb baltonowski 40g(1) z masłem 5g(7), ser żółty 20g(7), pomidor 25g, herbata z cytryną 150g <b>II Śniadanie: Cykoria 25g</b>	Zupa kapuśniak z ziemniakami i pomidorami 200g (7,9) Kotlet z jaj 60g (1,3), makaron 100g(1), fasolka szparagowa 70(7), kompot 150g	Bułka orkiszowa 40g(1) z masłem 5g(7), pasta z zielonego groszku 25g(4), mięta 150g, jabłko 60g
Alergeny: 1-zboża, 7- mleko	Alergeny: 1- zboża, 3-jaja, 7-mleko, 9- seler	Alergeny: 1-zboża, 4- ryba, 7- mleko
<b>WTOREK 17.01.2023</b>		
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Kakao 5g(1) na mleku 150g(7), chleb pytlowy 40g(1) z masłem 5g (7), wędlna 20g, papryka 25g, <b>II Śniadanie: Biała rzodkiew 40g</b>	Zupa grochowa z ziemniakami 200g(7,9) Bitki z karkówki*60g w sosie chrzanowym, kasza gryczana 100g(1), surówka z pora, marchewki i jabłka 70g, kompot 150g	Racuchy z jabłkiem 100g(1,3,7), świeży sok tłoczony 150g
Alergeny: 1- zboża, 7- mleko	Alergeny: 1- zboża, 3- jaja, 7-mleko, 9 -seler	Alergeny: 1-zboża , 3-jaja, 7-mleko, 8-orzechy
<b>ŚRODA 18.01.2023</b>		
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Płatki kukurydziane 20g na mleku 200g (7), bułka orkiszowa 40g (1) z masłem 5g (7), wędlna 20g, ogórek 25g, herbata z cytryna 150g <b>II Śniadanie: Kapusta kiszona 30g</b>	Rosół z makaronem 200g(1,9) Potrawka drobiowa, ziemniaki puree z koperkiem 150g(7), sałata z jogurtem 60g(7), kompot 150g	Bułka 40g(1) z masłem 5g(7), sałatka jarzynowa 60g(3,9), rumianek 150g
Alergeny; 1-zboża, 7-mleko	Alergeny: 1-zboża, 7- mleko, 9- seler	Alergeny: 1- zboża, 3, jaja, 7- mleko, 9-seler
<b>CZWARTEK 19.01.2023</b>		
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Kawa inka 5g na mleku 150g (7), chleb wiejski 40g(1) z masłem 5g (7), ser biały 20g(7), rzodkiewka 30g, <b>II Śniadanie: Jabłko 60g</b>	Zupa barszcz biały z ziemniakami 200g (1, 9) Gyros z udźca indyka 60g, ryż 100g, brukselka 70g(7), kompot 150g	Bułka maślana 60g(1,3,7), masło 5g(7) ,mleko 150g(7), banan
Alergeny: 1-zboża, 7-mleko	Alergeny:1- zboża, 7-mleko, 9- seler	Alergeny: 1-zboża, 3-jaja, 7- mleko
<b>PIĄTEK 20.01.2023</b>		
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Makaron 20g(1) na mleku 200g (7), chleb orkiszowy 40g (1) z masłem 5g(7), pasta z jaj ze szczypiorkiem 25g, papryka 20g, herbata z cytryną 150g <b>II Śniadanie: Banan 80g</b>	Zupa krupnik b/z 200g (1,7,9) Pulpety rybne 60g w sosie paprykowym, ziemniaki puree z koperkiem 150g(7), surówka z ogórka kiszzonego 70g, kompot 150g	Chleb baltonowski 40g(1) z masłem 5g(7), wędlna 20g, pomidor 25g, herbata owocowa 150g,
Alergeny: 1- zboża, 3-jaja, 7 - mleko	Alergeny; 1-zboża, 3-jaja, 4- ryby, 7- mleko, 9 - seler	Alergeny; 1- zboża, 7-mleko

**Między posiłkami dzieciom podawana jest woda z cytryną**

\* - obróbka termiczna mięsa - duszenie

\*\* - obróbka termiczna mięsa -smażenie

\*\*\* - obróbka termiczna mięsa z zastosowaniem pieca konwekcyjno-parowego

**SMACZNEGO !**

**Informujemy, iż z przyczyn niezależnych od placówki jadłospis może ulec zmianie.**

## JADŁOSPIS

<b>PONIEDZIAŁEK 23.01.2023</b>		
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Płatki cini minis 20g(1) na mleku 200g(7), chleb wiejski 40g(1) z masłem 5g(7), pasta z wędlin 20g, ogórek 25g, herbata z cytryną 150g <b>II Śniadanie: Kalarepa 25g</b>	Zupa zacierkowa 200g (1,3,9) Kotlet z piersi kurczaka *60g(1,3), ziemniaki puree z koperkiem 150g(7), mizeria 60g(7), kompot 150g	Kasza manna 100g(1) z musem owocowym, galaretka 150g
Alergeny: 1-zboża, 7- mleko	Alergeny: 1- zboża, 3-jaja, 7-mleko, 9- seler	Alergeny: 1-zboża, 7- mleko
<b>WTOREK 24.01.2023</b>		
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Płatki żytnie 20g na mleku 200g(7), chleb pytlowy 40g(1) z masłem 5g(7), ser żółty 20g(7), pomidor 25g, herbata z cytryną 150g <b>II Śniadanie: Marchew 40g</b>	Zupa jarzynowa z ziemniakami 200g (7,9) Sztuka mięsa w sosie własnym *60g, kasza jęczmienna 100g(1), surówka z kapusty pekińskiej 70g, kompot 150g	Ciastka owsiane -wyrób własny 60g(1,3,7), kakao 150g(7), gruszka 60g
Alergeny: 1- zboża, 7- mleko	Alergeny: 1- zboża, 3-jaja, 7-mleko, 9 -seler	Alergeny: 1-zboża , 3-jaja, 7-mleko
<b>ŚRODA 25.01.2023</b>		
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Płatki jęczmienne 20g(1) na mleku 200g(7), chleb wiejski 40g(1) z masłem 5g(7), wędlina 20g, pomidor 25g, herbata z cytryną 150g <b>II Śniadanie: Kalarepa 40g</b>	Zupa z cieciorki z ziemniakami 200g (9) Łazanki z kapustą kiszoną i mięsem 200g (makaron łazanki 100g(1), kapusta kiszona 50g, mięso 50g), kompot owocowy 150g	Oponki 60g(1,3,7), budyń 150g(7), mandarynka
Alergeny; 1-zboża, 7-mleko	Alergeny: 1-zboża, 7- mleko, 9- seler	Alergeny: 1- zboża, 3-jaja, 7- mleko, 9-seler
<b>CZWARTEK 26.01.2023</b>		
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Kawa inka 5g na mleku 150g(7), chleb orkiszowy 40g(1) z masłem 5g(7), jajecznica ze szczypiorkiem 60g(3), rzodkiewka 25g <b>II Śniadanie: Gruszka 60g</b>	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami na maśle 200g (7,9) Kluski leniwe z serem 200g(1,3,7), bułeczka tarta z maselkiem(1,7), surówka z marchewki i pomarańczy 70g, kompot owocowy 150g	Bułka 40g(1) z masłem 5g(7), pasta z z fasoli 25g, papryka 25g, rumianek 150g, jabłko 60g
Alergeny: 1-zboża, 3-jaja, 7-mleko	Alergeny: 1- zboża, 7-mleko, 9- seler	Alergeny: 1-zboża, 7- mleko
<b>PIĄTEK 27.01.2023</b>		
<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>
Makaron 20g(1) na mleku 200g(7), chleb baltonowski 40g(1) z masłem 5g(7), ser biały 20g(7), miód 10g, herbata z cytryną 150g <b>II Śniadanie: Mandarynka 20g</b>	Zupa ryżanka 200g(9) Ryba po grecku** 60g,(1,3,4), ziemniaki puree z koperkiem 150g(7), ogórek kiszony 30g, kompot 150g	Zapiekanki 100g(1,7), świeży sok tłoczony marchwiowo-jabłkowy 150g
	Alergeny: 1-zboża, 3-jaja, 4-ryba, 7-mleko, 9-seler	

Między posiłkami dzieciom podawana jest woda z cytryną

\* - obróbka termiczna mięsa - duszenie

\*\* - obróbka termiczna mięsa -smażenie

\*\*\* - obróbka termiczna mięsa z zastosowaniem pieca konwekcyjno-parowego

**SMACZNEGO !**

Informujemy, iż z przyczyn niezależnych od placówki jadłospis może ulec zmianie.

## **ALERGENY**

Podane w jadalospisie liczby oznaczają wymienione niżej alergeny

**SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI (wg załącznika II do ROZPORZĄDZENIA PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r.)**

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja 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
8. Orzechy
9. Seler 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/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO<sub>2</sub> dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców
13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne