**JADŁOSPIS 30.09.2024 - 04.10.2024**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DATA** | ***ŚNIADANIE*** | ***ZUPA*** | ***OBIAD+ DESER*** |
| **30.09.2024**  Poniedziałek | -Mleko z płatkami kukurydzianymi 180ml **(zawiera mleko, gluten pszenica)**  - Pieczywo pełne ziaren 40g **(zawiera gluten pszenica, żyto, sezam)** z masłem 5g **(zawiera mleko)**  kiełbasa krakowska **(zawiera gorczyca)** 15g  ogórek, roszponka  -Herbata malina z cytryną 200ml | - Kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami na boczku wędzonym 250ml **(zawiera seler)** | -Kaszotto z pieczarkami, cebuli, marchewki i kukurydzy150g **(zawiera gluten pszenica)**  -Sos paprykowy 100ml **(zawiera gluten pszenica)**  -Śliwka 30g  -Woda mineralna z cytryną 200ml  -Budyń śmietankowy **(zawiera mleko, pszenica, gluten)** |
| **01.10.2024**  Wtorek | -Płatki owsiane na mleku180ml  **(zawiera mleko, gluten pszenica, owies)**  - Pieczywo zbójecki 40g **(zawiera gluten pszenica, żyto, sezam)** z masłem 5g **(zawiera masło)** ser żółty **(zawiera mleko)** 15g  -Pomidorki koktajlowe w cząstkach 35g  -Herbata żurawinowa 200ml | **-**Zupa szczawiowa z ryżem i śmietaną 250ml **(zawiera seler, mleko)** | -Kotlet siekany drobiowy z papryka, kukurydzą i żółtym serem 70g **(zawiera gluten pszenica, jaja, mleko)**  -Ziemniaki w całości 150g  -Mizeria z ogórków i cebulki na jogurcie naturalnym **(zawiera mleko)** 100g  -Mus jabłkowo marchewkowy do picia 100ml |
| **02.10.2024**  Środa | - Kasza kukurydziana na mleku 180ml **(zawiera mleko)**  - Pieczywo orkiszowe 40g **(zawiera gluten żyto)** z masłem 5g **(zawiera mleko)** gotowany filet z indyka w rozmarynie 15g  rzodkiewka, kiełki  -Herbata malina z pigwą 200ml | - Żur z białą kiełbasą, jajem i ziemniakami 250ml **(zawiera seler, gluten pszenica, żyto, mleko, jajo)** | -Racuchy z jabłkiem polane jogurtem naturalnym 2szt /80ml **(zawiera mleko, pszenica gluten, jajo)**  -Kalarepka do chrupania 30g  -Woda mineralna 250ml  -Melon 35g |
| **03.10.2024**  Czwartek | -Jajo gotowane na twardo w sosie jogurtowym z groszkiem i kukurydzą **(zawiera mleko, jajo**)  -Pieczywo wiejskie 40g **(zawiera pszenica, żyto)** z masłem 5g **(zawiera mleko)**,  ogórek, sałata  -Herbata z aronii 200ml | -Krupnik z ziemniakami i natka pietruszki 250ml  **(zawiera seler, gluten, pszenica)** | -Gyros wieprzowy 60g  -Ziemniaczki pieczone w papryce i ziołach 150g  -Dip na bazie jogurtu naturalnego z serkiem twarogowym z koperkiem i czosnkiem **(zawiera mleko)** 50g  -Brokuł gotowany na parze 35g  -Napar miętowy 250ml  -Gruszka 35g |
| **04.10.2024**  Piątek | -Kasza jaglana na mleku 180ml **(zawiera mleko)**  - Pieczywo pszenne z makiem 40g **(zawiera gluten pszenica)** z masłem 5g **(zawiera mleko)** pasta z sera żółtego i wędliny wieprzowej **(zawiera mleko)**15g,  rukola, szczypiorek  -Herbata truskawka z poziomką 200ml | -Czysty barszcz czerwony ze śmietaną i ziemniakami tłuczonymi 250 ml **(zawiera seler, mleko)** | -Dorsz gotowana na parze w sosie cytrynowym **(zawiera rybę, gluten pszenica**) 60g/80ml  -Makaron muszeki 150g **(zawiera gluten pszenica)**  -Surówka z ogórka kiszonego, marchewki i cebulki 120g  -Napar malinowy 200 ml  -Jogurt naturalny z cząstkami banana 100 ml **(zawiera mleko)** |

Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wymienionych alergenów: zboża zawierając gluten, soję, mleko, seler, gorczycę, dwutlenek siarki, nasiona sezamu, orzechy.

\* Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011.

**Dla dzieci z alergią pokarmową i nietolerancją niektórych produktów spożywczych, przygotowywane są posiłki takie same lecz z artykułów spożywczych, które są dozwolone w ich dieta**