

# JADŁOSPIS 21-25.06.2021



## PONIEDZIAŁEK

Śniadanie		II śniadanie	Zupa	II danie	Podwieczorek
Pieczywo mieszane (1)	45g	Jabłko 100g	Kapuśniak z ziemniaczkami (1,9)	Makaron z kurczakiem i brokułem w sosie śmietanowym (1,7)	Lemoniada arbużowa 160g
Masto (7)	5g			Woda źródlana	
Serek wiejski (7)	50g				
rzodkiewka	15g				
Kawa zbożowa z mlekiem (7)	200g				

## WTOREK

Śniadanie		II śniadanie	Zupa	II danie	Podwieczorek
Płatki owsiane na mleku (1,7)	180ml / 30g	Kiwi 100g	Zupa ogórkowa z ryżem (7,9)	Pierogi leniwe z masetkiem (1,3,7)	Frytki warzywne w sosie ziołowo jogurtowym (7,9)
Pieczywo mieszane (1)	5g			Surówka z marchewki i jabłka (7)	
Masto (7)	20g			Woda źródlana	
Schab pieczony w ziołach -wyrób własny	20g				
papryka	200ml				
Herbata owocowa					

## ŚRODA

Śniadanie		II śniadanie	Zupa	II danie	Podwieczorek
Kanapki z pieczywa mieszanego (1)	45g	Koktajl owocowy (7) 160g	Zupa grysikowa (1,9)	Ziemniaki puree, Kotlet mielony (1,3)	Naleśnik z dżemem 1 szt (1,3,7)
Masto (7)	5g			surówka z ogórka kiszzonego i marchewki	
Jajecznica ze szczypiorkiem (3,7)	40g / 20g			Woda źródlana	
sałata 10g	200ml				
Kakao z mlekiem (7)					







## CZWARTEK

Śniadanie		II śniadanie	Zupa	II danie	Podwieczerek	
Kasza jaglana na mleku (7)	180ml	Truskawki 100g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (7,9)	200ml	Ryż paraboliczny 30g Leczo z mięsa drobiowego, cukinii i papryki w sosie pomidorowym 130g Woda źródlana 200ml	Galaretka owocowa, agrestowa 150g
Pieczywo mieszane (1)	30g					
masto (7)	5g					
Pasta z zielonego groszku	20g					
Pomidor	20g					
herbata owocowa	200ml					

## PIĄTEK

Śniadanie		II śniadanie	Zupa	II danie	Podwieczerek	
Pieczywo mieszane (1)	45g	Banan 100g	Zupa pomidorowa z makaronem (1,9)	200ml	Ziemniaki 80g Kotlecik z mintaja (1,3,4) 40g Marchew z groszkiem (7) 50g Woda źródlana 200ml	Wafle ryżowe z dżemem porzeczkowym 2szt
Masto (7)	5g					
Pasta jajeczna z koperkiem (3,7)	40g					
ogórek kiszony	20g					
kawa zbożowa z mlekiem (7)	200ml					

**W jadłospisie oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem (UE) nr 1169/2011 :wykaz alergenów w załączniku do jadłospisu. Jadłospis opracowany zgodnie z zaleceniami Instytutu Żywności i Żywienia. 75 % normy całodniowej dla dziecka w wieku 1-3 lat. Sporządził: dietetyk kliniczny Dominika Miklas**

### LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI

- Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe.
- Skorupiaki i produkty pochodne;
- Jaja i produkty pochodne;
- Ryby i produkty pochodne, z wyjątkiem: a) żelatyny rybnej stosowanej jako nośnik preparatów zawierających witaminy lub karotenoidy;
- Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;
- Soja i produkty pochodne;
- Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
- Orzechy, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*).
- Seler i produkty pochodne;
- Gorzycza i produkty pochodne;
- Nasiona sezamu i produkty pochodne;
- 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;
- Łubin i produkty pochodne;
- Mięczaki i produkty pochodne.



22.11.2011 Dziennik Urz PL ędowy Unii Europejskiej L 304/43

**Jadłospis opracowany zgodnie z zaleceniami Instytutu Żywności i Żywienia. 75 % normy całodniowej dla dziecka w wieku 1-3 lat.**