**Jadłospis od 16.11.2020 r. – do 20.11.2020 r.**

**Poniedziałek 16.11.2020 r.**

Śniadanie płatki gryczane na mleku 200ml(7) bułka pszenno-żytnia 30g(1) z masłem 8g(7) twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 30g(7)

II śniadanie jabłko

Obiad rosół z makaronem 220ml(1) potrawka z kurczaka z ziemniakami 150g, marchewka mini 60g, herbata ziołowa z melisy 150ml

Podwieczorek ryż prażony z jabłkiem i cynamonem oraz jogurtem 100g(7)

**Wtorek 17.11.2020 r.**

Śniadanie kakao na mleku 200ml(1,7) pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g(7) pasta mięsna 20g, ogórek kiszony

II śniadanie jabłko

Obiad zupa barszcz czerwony z ziemniakami 220g(9) kotlet z piersi kurczaka 100g(1,3) ziemniaki 150g, surówka z selera z rodzynkami 60g, herbata miętowa 150ml

Podwieczorek koktajl truskawkowy 200ml(7) flipsy kukurydziane

**Środa 18.11.2020 r.**

Śniadanie płatki ryżowe na mleku, pieczywo mieszane z masłem, kiełbasa szynkowa, pomidor, sałata

II śniadanie jabłko

Obiad zupa grochówka, naleśniki z twarogiem, surówka z marchewki i jabłka, herbata owocowa

Podwieczorek kisiel na naturalnym soku owocowym 200ml, batonik zbożowy

**Czwartek 19.11.2020 r.**

Śniadanie płatki jęczmienne na mleku 200ml(7)pieczywo mieszane 40g(1) z masłem 8g(7) polędwica sopocka 20g, rzodkiewka czerwona, ogórek świeży

II śniadanie słupki marchewki

Obiad zupa jarzynowa z kalafiorem 220g(7,9) ziemniaki 150g, gulasz z szynki wieprzowej z kaszą gryczaną 200g, surówka z buraczków i jabłka 60g, herbata pokrzywowa 150ml

 Podwieczorek wafle ryżowe, banan

**Piątek 20.11.2020 r.**

Śniadanie mleko 200ml, pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g(7) pomidorem i szczypiorkiem, rzodkiewką i sałatą

II śniadanie jabłko 75g

Obiad zupa ogórkowa 220g(7,9) ziemniaki 150 g, ryba smażona 80g(1,3) surówka z białej kapusty z porem i jabłkiem 60g, herbatka rumiankowa 150ml

Podwieczorek ciasto „Fale Dunaju” z wiśniami/wypiek własny/120g(1,3,7) herbata z cytryną 150ml

OZNACZENIE 14 ALERGENÓW WYMAGAJĄCYCH

UWZGLĘDNIENIA W OPISIE JADŁOSPISU ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM UE

NR 1169/2011

1 .Ziarna zbóż zawierające gluten, tzn. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, pszenica kamut, a także odmian hybrydowych powyższych zbóż, przygotowane na ich bazie

2. Skorupiaki oraz produkty przygotowane na ich bazie

3. Jaja oraz produkty przygotowane na ich bazie

4. Ryby oraz produkty przygotowane na ich bazie

5. Orzeszki ziemne oraz produkty przygotowane na ich bazie

6. Ziarno sojowe oraz produkty przygotowane na ich bazie

7. Mleko oraz produkty przygotowane na ich bazie

8. Orzechy z drzew orzechowych, tj. migdały (Amygdalus communis L), orzechy laskowe (Corylus avellana), orzechy włoskie (Juglans regia), orzechy nerkowca (Anacardiumoccidentale), orzechy pekan (Carya illinoinensis Wangenh, K.Koch), orzechy brazylijskie (Bertholletslandia Excela), orzechy pistacjowe (Pistaciavera), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (Makadamia ternifolia) oraz produkty przygotowane na ich bazie

9. Seler oraz produkty przygotowane na ich bazie

10. Gorczyca oraz produkty przygotowane na ich bazie (majonez, musztarda)

11. Ziarno sezamowe oraz produkty przygotowane na ich bazie (pieczywo)

12. Dwutlenek siarki oraz siarczany w stężeniach większych niż 10mg/kg ( niektóre wędliny, batoniki, humus) 10 ml/l w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO2 dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia

13. Łubiny oraz produkty przygotowane na ich bazie

14. Mięczaki oraz produkty przygotowane na ich bazie

Zgodnie z informacjami od producentów oznaczony\* produkt może zawierać śladowe ilości: **glutenu,** **mleka, jaj, selera i gorczycy**. Podobnie jak używane do przygotowania posiłków przyprawy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, tymianek, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, cukier waniliowy. W wędlinach zakupionych od producenta śladowo mogą wystąpić: **soja, gluten, seler**.