**Jadłospis od 04.07.2022 r. do 08.07.2022 r.**

**Poniedziałek 04.07.2022 r.**

Śniadanie kawa z mlekiem 200ml(1,7) bułka pszenno-żytnia 30g(1) z masłem 5g(7) pieczeń rzymska 20g(1,3) ogórek kiszony

II śniadanie jabłko 75g

Obiad zupa szczawiowa z jajkiem 230g(3,9) ziemniaki 150g, kotlet z piersi kurczaka 100g(1,3) mizeria z jogurtem 60g(7) herbata z melisy 150 ml

Podwieczorek koktajl truskawkowo-kefirowy 200ml(7) sucharki delikatesowe 15g(1,7)

**Wtorek 05.07.2022 r.**

Śniadanie płatki jaglane na mleku 200g(1,7) pieczywo mieszane 30g z masłem 5g(7) ser żółty 20g(7) pomidor, sałata

II śniadanie jabłko 75g

Obiad zupa fasolowa 230g(9) ziemniaki 150g, gołąbki z ryżem i mięsem drobiowym w sosie pomidorowym 180g(3) surówka z selera z rodzynkami 60g, herbata owocowa 150ml

Podwieczorek kisiel na bazie naturalnego soku truskawkowo-jabłkowego z polewą śmietankową 180ml , chrupki kukurydziane

**Środa 06.07.2022 r.**

Śniadanie kakao na mleku 200ml(7) pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g(7) paróweczki z szynki (97%) z keczupem, ogórek świeży, rzodkiewka czerwona

II śniadanie jabłko 75g

Obiad zupa pomidorowa z makaronem 230g(1,9) sztuka mięsa w sosie 80g(1,7) ziemniaki 150g, sałata zielona ze śmietaną 60g(7), herbata rumiankowa 150ml

Podwieczorek bułka paryska z masłem i dżemem niskosłodzonym 35g(1,7) owoc kiwi, woda z miętą

i cytryną

**Czwartek 07.07.2022 r.**

Śniadanie płatki owsiane na mleku 200ml(1,7) pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g(7) kiełbasa szynkowa 20g, pomidor, szczypiorek

II śniadanie jabłko 75g

Obiad zupa jarzynowa z botwinką 230g(9) makaron z truskawkami i jogurtem 100g(1,7) herbata miętowa 150ml

Podwieczorek cząstki arbuza, kasza manna na gęsto z sokiem malinowym 160g(1,7)

**Piątek** **08.07..2022 r.**

Śniadanie zupa mleczna budyniowa 200ml (7) pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g (7) pasta z twarogu z suszonymi pomidorami cebulką i rzodkiewką 20g(7)

II śniadanie jabłko 75g

Obiad zupa koperkowa z zacierkami 230g(1,9) ziemniaki 150g, pulpety rybne 80g(1,3,4) surówka ze świeżej kapusty z koperkiem i jabłkiem 60g, herbata pokrzywowa 150ml

Podwieczorek sernik z galaretką i owocami, herbata z cytryną

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**