**Jadłospis od 28.03.2022 r. do 01.04.2022 r.**

**Poniedziałek 28.03.2022 r.**

Śniadanie kakao na mleku 200ml(1,7) pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g(7) pieczeń wiedeńska 20g, pomidor, sałata

II śniadanie jabłko 75g

Obiad zupa wiosenna wielowarzywna z brukselką i kaszą manną 220g(9) ziemniaki 150g, pałka z kurczaka 100g, surówka z kapusty pekińskiej, rzodkiewki, kukurydzy i pomidora 60g z sosem vinegrette, herbata ziołowa 150ml

Podwieczorek jogurt naturalny z brzoskwinią 200g, andruty

**Wtorek 29.03.2022 r.**

Śniadanie płatki ryżowe na mleku 200ml(1,7) pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g(7) polędwica 20g, ser żółty 15g, ogórek świeży, papryka czerwona

II śniadanie jabłko 75g

Obiad zupa z czerwonej soczewicy 220g(9) kotlet z jajka 65g(1,3) ziemniaki 150g, marchewka z groszkiem 60g, herbata owocowa 150ml

 Podwieczorek wafelki ryżowe, naturalny sok jabłkowy 200ml

**Środa 30.03.2022 r.**

Śniadanie kawa z mlekiem 200ml(1,7) pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g(7) paprykarz domowy własnej roboty 20g, szczypiorek, rzodkiewka

II śniadanie jabłko 75g

Obiad kapuśniak z białej kapusty 230g(9) makaron z mięsem mielonym w sosie bolońskim 220g, sałatka z ogórka kiszonego i pomidora 55g, herbata koperkowa 150ml

Podwieczorek talerz owoców(kiwi, winogrona, melon) flipsy kukurydziane

**Czwartek 31.03.2022r.**

Śniadanie szklanka mleka 200ml(7) pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g(7) twarożek Almette z ziołami (7) rzodkiewka czerwona

II śniadanie jabłko 75g

Obiad zupa z fasolki szparagowej 220g(9) klopsiki gotowane w sosie koperkowym 80g(3,7) z kaszą gryczaną 100g, marchewka mini z bułką tartą 60g(1) herbata miętowa 150ml

Podwieczorek chleb pełnoziarnisty z masłem i miodem lipowym 30g(7) herbata z cytryną 150ml, mandarynki

**Piątek 01.04.2022 r.**

Śniadanie kluseczki lane na mleku 200ml(7) pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g(7) z jajkiem i sałatą

II śniadanie jabłko 75g

Obiad zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 220ml(1,9) ziemniaki 150g, kotleciki rybne duszone 80g(1,3,4) surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem 60g, herbata z melisy 150ml

Podwieczorek jabłuszko zapiekane z cynamonem i miodem, mleczko waniliowe 180ml

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**