**Jadłospis od 13.12.2021 r. – do 17.12.2021 r.**

**Poniedziałek 13.12.2021 r.**

Śniadanie kawa inka z mlekiem 200ml(7) bułka 30g(1) z masłem 5g(7) ser żółty 20g, pomidor, szczypiorek

II śniadanie jabłko 75g

Obiad zupa szczawiowa z jajkiem 220g(3,9) ziemniaki 150g, pałka z kurczaka pieczona 100g, surówka z czerwonej kapusty i jabłka 60g, herbata rumiankowa 150ml

Podwieczorek kaszka manna na mleku z dodatkiem soku wiśniowego 250g(1,7)

**Wtorek 14.12.2021 r.**

Śniadanie płatki jaglane na mleku 200ml(7) pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g(7) polędwica sopocka 20g, ogórek kiszony

II śniadanie jabłko 75g

Obiad zupa fasolowa 220g(9) racuszki drożdżowe z bananami 120g, surówka z selera i jabłka 60g, herbata miętowa 150ml

 Podwieczorek budyń malinowy 180g(7) gruszka

**Środa 15.12.2021 r.**

Śniadanie kakao na mleku 200ml(7) pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g(7) pasta z tuńczyka 18g(4) ze szczypiorkiem, rzodkiewką i kiszonym ogórkiem

II śniadanie jabłko 75g

Obiad rosół z makaronem 220ml(1,9) gulasz wieprzowy z kaszą gryczaną 150, sałatka z ogórka kiszonego, papryki świeżej i cebulki 60g, herbata koperkowa 150ml

Podwieczorek bułeczka mini 20g(1) z masłem 5g(7) mleczko owocowe 200ml

**Czwartek 16.12.2021 r.**

Śniadanie makaron muszelki na mleku 200ml(1,7) pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g(7) kurczak w galarecie 30g, liść sałaty

II śniadanie jabłko 75g

Obiad zupa krupnik z kaszą jęczmienną 220ml(1,9) makaron z truskawkami i ze śmietaną 100g(1,7) herbata pokrzywowa 150ml

Podwieczorek koktajl brzoskwiniowo-jogurtowy 200ml(7) chrupki kukurydziane

**Piątek 17.12.2021 r.**

Śniadanie płatki owsiane na mleku 200ml(1,7) pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g(7) twarożek z koperkiem i świeżym ogórkiem(7)

II śniadanie jabłko 75g

Obiad barszcz czerwony z uszkami 250g(1,9) brzuszki z dorsza smażone 100g(1,3,4) ziemniaki 150g, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem 60g, kompot z suszonych owoców 200ml

Podwieczorek piernik /wypiek własny/ 120g(1,3,7) talerz owoców mandarynki, winogrona, banany)

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**

**Jadłospis od 20.12.2021 r. – do 24.12.2021 r.**

**Poniedziałek 20.12.2021 r.**

Śniadanie płatki jęczmienne na mleku 200ml(1,7) pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g(7) galaretka z kurczakiem 20g, liść sałaty

II śniadanie jabłko 75g

Obiad zupa pomidorowa z makaronem 220g(1,9) racuchy na maślance z jabłkiem polane jogurtem naturalnym200g(1,3,7) herbata miętowa 150ml

Podwieczorek wafle ryżowe z masłem i miodem, mandarynki

**Wtorek 21.12.2021 r.**

Śniadanie płatki owsiane na mleku (7) pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g(7) ser smażony 20g(7) pomidor, szczypiorek

II śniadanie jabłko 75g

Obiad zupa brokułowa 220g(9) kotlet z piersi kurczaka 100g(1,3) ziemniaki 150g, surówka z marchewki i jabłka 60g, herbata owocowa 150ml

 Podwieczorek paluch maślany, herbata z miodem i cytryną 200ml, winogrona

**Środa 22.12.2021 r.**

Śniadanie kluski lane na mleku 220g(1,3,7) pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g(7) parówki z szynki (97%) z keczupem, pomidor, ogórek świeży

II śniadanie jabłko 75g

Obiad żurek z kiełbaską 220g(1,9) makaron świderki z mięsem mielonym i sosem pomidorowo-ziołowym 200g(1) sałata ze śmietaną 60g(7) kompot z truskawek 150ml

Podwieczorek koktajl malinowo-jogurtowy 200ml(7) sucharki delikatesowe

**Czwartek 23.12.2021 r.**

Śniadanie kawa z mlekiem 200ml(1,7) pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g(7) kiełbasa szynkowa 20g, papryka, rzodkiewka

II śniadanie jabłko 75g

Obiad zupa ogórkowa 220g(7,9) ziemniaki 150g, klopsiki z szynki wieprzowej w sosie koperkowym 80g(3) marchewka mini z bułką tartą 60g, herbata z melisy 150ml

Podwieczorek chałka z masłem 20g(1,7) porcja mleka 200ml(7) mandarynki

**Piątek 24.12.2021 r.**

Śniadanie kakao na mleku 200ml(7) pieczywo mieszane 30g(1) z masłem 5g(7) ser żółty 20g(7) rzodkiewka czerwona

II śniadanie jabłko 75g

Obiad zupa jarzynowa z groszkiem zielonym 220g(9) pierogi z serem i truskawkami ze śmietaną, herbata miętowa 150ml

Podwieczorek talarki jabłkowe, ciasteczka owsiane z żurawiną, soczek owocowy