**JADŁOSPIS - PRZEDSZKOLE**

**PONIEDZIAŁEK 20.01.2025r**

**ŚNIADANIE**

Kawa zbożowa 200ml **(alergeny : mleko ,gluten-jęczmień ,żyto)** kanapki z pieczywa mieszanego 35g **(alergeny : gluten – pszenica, żyto owies ,jęczmień, jaja ,mleko ,nasiona sezamu)**masło 5g **,(alergeny : mleko )**szynka z piersi z kurczaka 30g,sałata 5g,ogórek 10g,papryka 10g,

**I DANIE**

Zupa pomidorowa z makaronem 200g **(alergeny : gluten- pszenica, jaja, mleko, seler)**

**DESER**

Biszkopty wrocławskie **(alergeny: jaja, gluten- pszenica)**Mleko 150ml

**II DANIE**

Kotlety jajeczne 60g**(alergeny: jaja, mleko**)-potrawa pieczona w piecu konwekcyjno-parowym**,** ziemniaki z koperkiem 100g,sałata na jogurcie naturalnym 70g**(alergeny: mleko)**,kompot owocowy 200ml

**WTOREK 21.01.2025r**

**ŚNIADANIE**

Płatki kukurydziane na mleku 200g **(alergeny : mleko )**kanapki z pieczywa mieszanego 35g **(alergeny :gluten – pszenica, żyto ,owies ,jęczmień, jaja ,mleko ,nasiona sezamem)**z twarożkiem 30g,**(alergeny: mleko)**masło 5g**(alergeny : mleko)**rzodkiewka 20g,

**I DANIE**

Zupa z fasolką szparagową 200g**(alergeny: mleko, seler)**

**DESER**

Mus jabłkowy 150g-wyrób własny   
pałeczka kukurydziana

**II DANIE**

Bitki schabowe w sosie pieczeniowym 120g**(alergeny: gluten- pszenica)**-potrawa duszona,kasza jęczmienna 70g**(alergeny: alergeny: gluten- jęczmień)**surówka z czerwonej kapusty **70g(alergeny: gorczyca, jaja)**kompot owocowy 200ml,

**ŚRODA 22.01.2025r**

**ŚNIADANIE**

Sałatka z makaronem ryżowym z kurczakiem i warzywami 100g**(alergeny: gorczyca, jaja)**herbatka rumiankowa 200ml  
Zupa mleczna na zacierce 200g**(alergeny: gluten- pszenica, jaja, mleko)**

**I DANIE**

Zupa kapuśniak 200g**(alergeny: seler)**

**DESER**

Wafle zbożowo-ryżowe **(alergeny: gluten-pszenica)**

**II DANIE**

Naleśniki z serem lub z dżemem **(alergeny: mleko, jaja, gluten- pszenica)**Polewka truskawkowa-60g**(alergeny: mleko)**Marchewka do chrupania 30gCytrynada 200ml

**CZWARTEK 23.01.2025r**

**ŚNIADANIE**

Kanapki z pieczywa mieszanego 35g **(alergeny : gluten – pszenica, żyto owies ,jęczmień, jaja ,mleko ,nasiona sezamu)**masło 5g**(alergeny: mleko)**pasta królewiecka 30g**(alergeny: mleko)**sałata rukola ,pomidor 20g,Kawa inka 200ml **(alergeny : mleko ,gluten-jęczmień ,żyto)**

**I DANIE**

Zupa barszcz biały z jajkiem 200g**(alergeny: seler, mleko, jaja)**

**DESER**

Mafinki –wyrób własny **(alergeny: gluten- pszenica, jaja, mleko)**Ciepłe mleko-200ml**(alergeny: mleko)**

**II DANIE**

Klopsiki rybne z morszczuka w sosie koperkowym 120g**(alergeny: jaja, ryba, gluten- pszenica, mleko)**ryż 70g,marchew z groszkiem z masłem posypana sezamem **70g(alergeny: mleko, sezam)**kompot owocowy 200ml

**PIĄTEK 24.01.2025r**

**ŚNIADANIE**

Kakao 200ml **(alergeny : mleko)**kanapki z pieczywa mieszanego 35g **(alergeny : gluten – pszenica, żyto owies ,jęczmień, jaja ,mleko , nasiona sezamu)**masło 5g **(alergeny : mleko )**pasta rybna 30g**(alergeny: jaja, ryby, gorczyca)**papryka20g,rzodkiewka 5g,sałata roszponka 5g,

**I DANIE**

Zupa krem z brokuła 200g **(alergeny : gluten: seler, mleko)**Grzanki z pieczywa wieloziarnistego 40g**(alergeny:gluten-pszenica,żyto,owies,jęczmień,jaja,mleko,nasiona sezamu**

**DESER**

Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem 100g**(alergeny: mleko)**  
Jogurt naturalny 50g**(alergeny: mleko)**

**II DANIE**Placki ziemniaczane 130g**(alergeny: jaja, gluten- pszenica)**-potrawa smażona ,Sos tzatzyki na jogurcie naturalnym 60g**(alergeny: mleko)** kompot owocowy 200ml

**JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE**

**Lista Alergenów wg Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE)nr 1169/2011 w odniesieniu do składników obecnych w środkach żywności.**

**Substancje zawierające alergeny :**

1. Zboża zawierające gluten (A-pszenica ,B -żyto, D- owies, E –orkisz F-kamut lub ich szczepy hybrydowe )i produkty pochodne

2. Skorupiaki i produkty pochodne

3. Jajka i produkty pochodne

4. Ryby i produkty pochodne

5. Orzeszki ziemne (arachidowe)i produkty pochodne

6. Soja i produkty pochodne

7. Mleko i produkty pochodne

8. Orzechy tj .migdały (Amygdalus communis L),orzechy laskowe (Corylus avellana),orzechy włoskie (Juglans regia ),nerkowce (Anacardium occidentale),orzechy pekan (Carya illinoiesis/Wangenh/K.Koch),orzechy brazylijskie (Bertholletia exelsa),pistacje (Pistacja vera),orzechy makadamia lub orzechy Queensland(Macadamia ternifolia) i produkty pochodne

9. Seler zwyczajny i produkty pochodne

10. Gorczyca i produkty pochodne

11. Nasiona sezamu i produkty pochodne

12. Dwutlenek siarki i siarczany w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10mg/l w przeliczeniu na SO 2

13. Łubin i produkty pochodne

14. Mięczaki i produkty pochodne