**Jadłospis dekadowy od 08.02.2024 do 21.02.2024**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Data | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** |
| **08.02.24****czwartek**Tłusty czwartek  | Ser żółty (30 g)P. **pszenno-orkiszowe**  (70 g), **masło** (7 g)Szczypior (20 g)Rumianek do picia (200 ml)**(gluten pszenny i orkiszowy, , mleko, )** | Kartoflanka (250 ml) ½ Banan (100 g)Mini pączki serowe (2 szt)Woda min. n/g. **( seler, mleko, gluten pszenny, jajko)** | Gulasz z mięsa od szynki ( 100 g)Kasza bulgur (130 g)Ogórek kiszony do chrupania (100 g)Woda min. n/g, **(mleko, gluten pszenny )**  |
| **09.02.24****piątek** |  ½ jajka Pieczywo **pszenno-razowe**(70g), **masło** 7g) Ogórek zielony (40 g )Mięta  (200 ml) **(gluten pszenny i razowy, mleko, jajko )** | Kapuśniak z ziemniakami (250 ml)Jogurt z pł. kukurydzianymi (150 ml)Woda min. n/g**(seler, mleko, )**  | Pierogi leniwe z masłem i b.t. (200 g )Marchewka do chrupania (50 g)½ bananaWoda min. n/g(**gluten pszenny, mleko, jajko**) |
| **12.02.24****Poniedz.** | Schab w ziołach (30 g)**Pieczywo pszenno-żytnie**  (70 g), **masł**o (7 g) kukurydza (40 g) mleko do picia (200 ml)**(gl. pszenny i żytni mleko** ) |  Krupnik (250 ml) Orzechy nerkowca (40 g), jabłkoWafelek kukurydziany (2 szt)woda min. n/g**( seler, mleko, gluten pszenny, orzechy )** | Paluszki rybne (2 szt)Ziemniaki z koperkiem (150 g)Sur z kiszonej kapusty (100 g)  woda min. n/g ,**( gluten pszenny, mleko, ryba , jajko )** |
| **13.02.24****Wtorek****Dzień babci Gr II** | Stół szwedzki :Szynka (10 g), ser biały (15 g), ½ jajkapieczywo z ziarnami z masłem (70 g + 7 g)ogórek zielony (20 g), kukurydza (20 g)kakao (200 ml)**(gluten pszenny, mleko)** |  Ogórkowa z ziemniakami(250 ml)Jogurt do picia (150 ml)Porcja jabłuszka (100 g)Woda min. n/g**( seler, mleko, )** | Filety drobiowe w sosie (70 g) Kasza bulgur (130 g)Sur z kap. pekińskiej z kukury. i majonezem (100 g)Woda min. n/g**( mleko, jajko)** |
| **14.02.24****Środa****Dzień babci****Gr II i IV** | Miód (40 g)Chleb pszenno-żytni z masłem (77 g)Kalarepka do chrupania (40 g)Mleko do picia (200 ml)**( gluten pszenny i żytni, mleko)** |  Z . z soczewicy (250 ml)Chlebek chrupki z tartym żółtym serem (50 g)Porcja banana (100 g)Woda min. n/g**(seler, mleko, gluten pszenny)** | Łazanki (200 g)Marchewka do chrupania (50 g)Woda min. n/g**( mleko, gluten pszenny)** |
| **15.02.24****Czwartek****Dzień babci** **Gr I** | Pasta z serka białego z jajkiem (30 g)Chleb pszenno-razowy (70 g), masło (7 g)Jabłko (100 g)Mleko truskawkowe do picia (200 ml)**(gluten pszenny i razowy, mleko, jajko)** | Z. pomidorowa z makaronem (250 ml)Jogurt z pł. kukurydzianymi (150 ml)Woda min. n/g**( seler, mleko, gluten pszenny )** | Polędwiczki wieprzowe duszone w warzywach (70 g)Kasza gryczana (130 g) Sał z ogórka kiszonego (100 g)Woda min. n/g **(mleko, gluten pszenny, )** |
| **16.02.24****Piątek****Dzień babci****Gr V** | Parówka na ciepło (1 szt)Pieczywo z ziarnami z masłem (77 g)szczypiorbawarka do picia (200 ml)**(gluten pszenny i żytni, mleko, )** | Z. fasolowa z ziemniakami (250 ml)Sok jabłko – burak (75/75 ml)Crispy owocowe  Woda min. n/g **(seler, mleko, gluten pszenny)** |  Makaron wstążki zapiekany z cukinią, pieczarkami i cebulką, sos śmietankowo-koperkowy (200 g) Brokuły z pieca (100 g)Woda min. n/g **(gluten pszenny, mleko, jajko )** |
| **19.02.24****Poniedz.** | Schab w ziołach (30 g)Chleb pszenny i żytni ( 70 g), masło (7 g)kukurydza (40 g)Mleko do picia (200 ml)**(gluten pszenny i żytni, mleko)** | Żurek z jajkiem i kiełbaską (250 ml)Sur z selera, jabłka i banana z rodzyn. (100 g)Wafelek kukurydziany ( 2 szt)Woda min.n/g**(seler, mleko, gluten pszenny, jajko))** | Filet z miruny sote w ziołach (75 g)Ziemniaki z koperkiem (150 g)Kolorowa sur. z majonezem (100 g)Woda min.n/g **( ryba, mleko, jajko)** |
| **20.02.24****wtorek** | **Stół szwedzki :**Szynka (10 g), ser żółty (20 g), ½ jajkaChleb pszenny i razowy (70 g), masło (7 g)ogórek zielony(20 g), papryka czerwona (20 g)Mięta do picia (200 ml)**(gluten pszenny i razowy, mleko, jajko)** | Krem z zielonych warzyw, prażone nasiona słonecznika (250 ml)Jogurt do picia (150 ml)½ banana (100 g)Woda min. n/g**(seler, mleko, gluten pszenny)** |  Kotleciki drobiowo-wieprzowe (70 g)Ryż na sypko (130 g)Sos pomidorowo-czosnkowy (30 g)Sur z kapusty pekińskiej (100 g)Woda min.n/g **(mleko, gluten pszenny, jajko)** |
| **21.02.24****środa** | Płatki jaglane na mleku (200 ml)Miód (30 g)Pieczywo mieszane z masłem (67 g)Kalarepka do chrupania (50 g)Mięto do picia (200 ml)**(gluten pszenny , mleko )** |  Z. ogórkowa z ryżem ( 250 ml) Chlebek chrupki z tartym z żółtym serem (50 g)Porcja jabłuszka (50 g)**( mleko, gluten pszenny, mleko)** | Zapiekanka ziemniaczana z warzywami (250 g)Sałata z sosem vinegre (50 g0Porcja mandarynki (50 g)Woda min. n/g**(mleko, gluten pszenny, jajko)** |

**Na jadłospisach dziennych wyszczególniane są substancje lub produkty powodujące alergie lub nietolerancje – prawa strona jadłospisu dziennego.**

**Uwaga: woda min. n/g podawana jest dzieciom bez ograniczeń**

**Pogrubioną czcionką oznaczono alergeny zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011. Od dnia 01.09.2016 roku jadłospisy układane są z godnie z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016 r. dotyczącym wymagań, jakie muszą spełniać środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego dzieci w placówkach oświatowych ( eliminacja cukru, ograniczenie soli, 2 porcje nabiału w codziennych posiłkach dzieci ….)Od dnia 13 grudnia 2016 r. wchodzi Rozporządzenie ( UE) nr 1169 z dnia 25 października 2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności: Uwaga: na terenie naszej kuchni w danym dniu w trakcie przygotowania posiłków wykorzystano produkty zawierające substancję mogące powodować alergię lub reakcję nietolerancji: niewielkie ilości dwutlenku siarki, sezamu, orzechy arachidowe ( w przyprawach używanych do potraw), orzechy, soja, gluten, mleko i produkty pochodne ( łącznie z laktozą), gorczyca, pszenica, żyto, jęczmień, seler występuje w każdej zupie, jaja, ryba.**

**DO PRZYGOTOWANIA POTRAW NA CIEPŁO UŻYWAMY OLEJU RZEPAKOWEGO, NATOMIAST DO SUROWEK I SAŁATEK OLEJE NIERAFINANOWANE NP. OLIWA Z OLIWEK, RZEPAKOWY.**