**Jadłospis dekadowy od 18.06.2025 do 02.07.2025**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Data | **Śniadanie** | **II śniadanie** | **Obiad** |
| **18.06.2025**  **Środa** | Miód (40 g),dżem (10 g)  Piecz. pszenne i razowe z śliwką i masłem (77 g)  Kalarepka do chrupania (40 G)  Mleko do picia (200 ml)  **(gluten pszenny i razowy, mleko, )** | Z. jarzynowa z ryżem (250 ml)  Paluszki z serka białego (50 g)  Ogórek zielony do chrupania (100 g)  Porcja melona (200 g) **( seler, mleko, gluten pszenny, )** | Bigos z młodej kapustki (200 g)  Młode ziemniaki z koperkiem (150 g)  Sałatka z pomidorka z cebulka ( 100 g)  Woda min. n/g (200 ml)  **( mleko, )** |
| **20.06.2025**  **Piątek** | Ser żółty (30 g)  Chleb **pszenny i dyniowy** (70g), **masło** 7g)  Ogórek zielony ( (40 g )  Mięta do picia **(200** ml)  **(gluten pszenny i razowy , mleko, )** | Z. pomidorowa z ryżem (250 ml)  Porcja melona (100 g)  Chleb z masłem (50 g)  Woda min. n/g (200 ml) **(seler, mleko, gluten pszenny, )** | Placki ziemniaczane z śmietana (200 g)  Marchewka do chrupania (100 g)  Woda min. n/g (200 ml)  **(gluten pszenny, mleko,** ) |
| **23.06.2025**  **Poniedziałek** | Szynka (30 g)  **Pieczywo pszenno-owsiane**  (70 g), **masł**o (7 g)  Kukurydza (40 g)  Herbata owocowa do picia (200 ml) **(gluten . pszenny i żytni, mleko ,** ) | Krupnik (250 ml)  Orzechy nerkowca (40 g)  Morele suszone (10 g)  woda min. n/g (200 ml)  **(mleko, seler, orzechy nerkowca )** | Paluszki rybne (75 g)  Ziemniaki z koperkiem (150 g)  Sał. z ogórka kiszonego olejem (100 g)  woda min. n/g (200 ml) **( mleko, gluten pszenny, jajko, ryba )** |
| **24.06.2025**  **Wtorek** | ½ jajka, Szynka na maśle (15 g)  Chleb pszenny i wieloziarnisty z masłem (77  Papryka czerwona do chrupania (40 g)  Kakao (200 ml) **(gluten pszenny, żytni, mleko, jajko )** | Z. ogórkowa z ryżem (250 ml)  Jogurt z pł. kukurydzianymi (150 ml)  Truskawki (100 g)  Woda min. n/g (200 ml)  **( seler, mleko, )** | Pałka z kurczaka w ziołach (100 g)  Ziemniaki z koperkiem (150 g)  Mizeria (100 g)  Woda min. n/g (200 ml)  **( , mleko, )** |
| **25.06.2025**  **Środa** | Ser żółty (30 g)  Chleb pszenno-dyniowy (70 g), masło (7 g)  Kalarepka do chrupania (40 g)  Rumianek do picia (200 ml)  **( gluten pszenny i żytni, mleko, )** | Z. fasolowa z ziemniakami (250 ml)  Sałatka owocowa z jogurtem w miseczkach waflowych (150 G)  Woda min. n/g (200 ml)  **(seler, mleko, gluten pszenny, )** | Kaszotto z warzywami (200 g)  Pomidor z cebulka i śmietana (100 g)  Baton 100 % owoców (16 g)  Woda min. n/g (200 ml)  **( mleko, gluten pszenny , )** |
| **26.06.2025**  **Czwartek** | Pasta z jajka i serka białego (40g)  Chleb pszenno-żytni z masłem ( 77 g)  Pomidor (40 g)  Kakao do picia (200 ml)  **(gluten pszenny i żytni, mleko, jajko )** | Kapuśniak z ziemniakami (250 ml)  Jogurt do picia ( 150 ml)  ½ banana (100 g)  Woda min. n/g  **( seler, mleko, gluten pszenny )** | Łazanki (200 g)  Ogórek zielony do chrupania (100 g)  Crispy jabłkowe (26 g)  Woda min. n/g (200 ml)  **( mleko , gluten pszenny)** |
| **27.06.2025**  **Piątek** | Ser żółty (15 g), ser biały (30 g)  Chleb pszenny i żytni z masłem (77 g)  bukiet surówek (40 g)  Mięta do picia (200 ml)  **(gluten pszenny i żytni, mleko, )** | Z. z soczewicy (250 ml)  Pomidor z cebulka i śmietaną (100 g)  Chlebek z masłem (75 g)  Woda min. n/g (200 ml)  **(seler, mleko, )** | Pierogi leniwe z masłem i b.t. (200 g)  Kalarepka i marchewka do chrupania (100 g)  Woda min./ng (200 ml)  **(gluten pszenny, mleko, jajko )** |
| **30.06.2025**  **Poniedziałek** | Szynka (30 g)  Chleb pszenny i razowy z masłem (70 g+7 g)  Kukurydza (40 g)  Mleko do picia (200 ml)  **(gluten pszenny i żytni, mleko, )** | Z. pomidorowa z makaronem (250 ml)  Batonik 100 % owoce (16 g)    Woda min. n/g (200 ml)  **(seler, mleko, gluten pszenny )** | Paluszki rybne (75 g)  Ziemniaki z koperkiem (100 g)  Sał. z ogórka kiszonego ( 100 g)  Woda min. n/g ( 200 ml)  **( jajko, gluten pszenny, mleko, ryba)** |
| **01.07.2025**  **Wtorek** | Ser żółty (30 g) szynka (15 g)  Chleb pszenny i żytni z masłem ( 77 g)  Papryka czerwona do chrupania (40 g)  Rumianek do picia (200 ml)  **( gluten pszenny, żytni, mleko, )** | Kartoflanka ( 250 ml)  Jogurt z płatkami kukurydzianymi (150 ml)  Truskawki (100 g)  Woda min/ng (200 ml)  (**seler,** **mleko,** ) | Gulasz drobiowy (100 g)  Kasza bulgur (150 g)  Sur z młodej kapusty (100 g)  Woda min. n/g ( 200 ml),  **(, mleko, gluten pszenny )** |
| **02.07.2025**  **Środa** | Miód (40 g)  Chleb pszenno-orkiszowy z masłem (77 g)  Kalarepka do chrupania ( 40 g)  Mleko do picia (200 ml)  **(gluten pszenny, żytni, mleko, )** | Z. ogórkowa z ryżem (250 ml)  Kalafior z prażonymi ziarnami dyni (100 g)  Wafelek kukurydziany (5 g)  Sok jabłko- marchewka (75/75  Woda min/ ng( 200 ml)  **(seler, mleko ,** ) | Zapiekane ziemniaki w ziołach (130 g)  Dip jogurtowo-czosnkowy (150 ml)  Sałatka z pomidora z cebulką (100 g)  Woda min./ng (200 ml)  **( mleko, gluten pszenny, )** |

**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.**