|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Śniadanie** |  | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Poniedziałek**  **20.01.20** | Chleb orkiszowy (1); masło (7); schab swojski; sałata; papryka; płatki jęczmienne na mleku (1,7) | ½ banana | Barszcz czerwony z ziemniakami (7,9); pierogi z serem i śmietaną; (1,3,7); surówka z marchewki i pomarańczy (7);  kompot wiśniowy | Kanapka z pastą z tuńczyka i pomidorem (1,4,7); herbatka |
| **Wtorek**  **21.01.20** | Chleb żytni (1); masło (7);  ser żółty (7); krakowska sucha; rzodkiewka; papryka żółta; płatki ryżowe na mleku (7) | ½ jabłka | Zupa fasolkowa (9); potrawka z kurczaka (1); kasza gryczana biała; surówka z ogórków kwaszonych;  kompot wieloowocowy | Grahamka (1);  masło (7); dżem śliwkowy  */wyrób własny/;*  herbatka rooibos |
| **Środa**  **22.01.20** | Chleb wieloziarnisty (1); masło (7); pasta jajeczna (3,7);  filet z indyka; ogórek zielony; pomidorki koktajlowe;  kakao (1,7) | winogrona | Kapuśniak z ziemniakami (9); gulasz cielęcy (1); makaron kolorowy (1); bukiet jarzyn (1,7); sok jabłkowy | Budyń waniliowy */wyrób własny/* (3,7);  ½ gruszki;  chrupki kukurydziane |
| **Czwartek**  **23.01.20** | Bułka wyborowa (1); masło (7); szynka pieczona */wyrób własny/*; ogórek kwaszony; płatki jaglane na mleku (7) | cząstka pomarańczy | Ryżanka (7,9); gołąbki bez zawijania (1,3); ziemniaki; marchewka juniorka (1,7); woda z miętą, cytryną i miodem | Jogurt bananowy Piątuś (7);  chrupaki (1) |
| **Piątek**  **24.01.20** | Chleb żytni (1); masło (7); twarożek z pomidorem (7); kurczak gotowany;  ogórek zielony; kawa zbożowa INKA (1,7) | cząstka melona | Zupa pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym (1,7,9);  kotlecik z miruny (1,3,4); ziemniaki; surówka z czerwonej kapusty; kompot śliwkowy | Murzynek (1,3,7) */wyrób własny/;*  sok jabłkowo-gruszkowy |
| **Poniedziałek**  **27.01.20** | Chleb orkiszowy (1); masło (7); polędwica swojska; pomidor; sałata; kasza manna na mleku (1,7) | ½ jabłka | Krupnik z ziemniakami (9); kluski śmietanowe z białym serem (1,3,7); sałatka z melona i mango; kompot truskawkowy | Sałatka jarzynowa (3,7); pieczywo chrupkie WASA (1); herbatka |
| **Wtorek**  **28.01.20** | Chleb wieloziarnisty (1); masło (7); ser żółty (7); papryka; pasta z awokado; kakao (7) | winogrona | Zupa ziemniaczana (9); sztuka mięsa (1); kuskus (1);  surówka z pomidorów z cebulką; woda z miętą, cytryną i miodem | Jogurt naturalny z musem truskawkowym (7); wafelek ryżowy |
| **Środa**  **29.01.20** | Grahamka (1); masło (7);  klops pieczony */wyrób własny/* ; papryka; ogórek kwaszony; płatki kukurydziane na mleku (1,7) | marchewka do chrupania | Rosół z makaronem (1,9);  kotlet mielony drobiowy (1,3); ziemniaki; mizeria z jogurtem (7) woda z miętą, cytryną i miodem | Talerz owoców; chrupki kukurydziane |
| **Czwartek**  **30.01.20** | Chleb żytni (1); masło (7); pasta z białej fasoli;  krakowska sucha; ogórek zielony; rzodkiewka; kawa zbożowa INKA (1,7) | ½ kiwi | Zupa parzybroda (9); udko pieczone (1,3); ryż paraboiled z kurkumą; marchewka z groszkiem (1,7);  kompot z owoców leśnych | Serek z prawdziwą wanilią (1);  ½ banana;  herbata owocowa |
| **Piątek**  **31.01.20** | Chleb orkiszowy (1); masło (7); pasta z ryby wędzonej ze szczypiorkiem (4); szynka swojska; ogórek kwaszony; pomidor, gorące mleko (1,7) | cząstka melona | Zupa kalafiorowa (7,9); kotlet jajeczny (1,3); ziemniaki; surówka z buraczków;  kompot wieloowocowy | Grahamka (1); masło (7); twarożek z rzodkiewką (1); papryka; herbatka |

**ŻYCZYMY SMACZNEGO ♥** Jadłospis może ulec zmianie!

***INFORMACJA***

***Alergeny i ich oznaczenie numeryczne wykorzystywane w jadłospisie:***

1. zboża zawierające gluten
2. skorupiaki i produkty pochodne
3. jaja i produkty pochodne
4. ryby i produkty pochodne
5. orzeszki ziemne (arachidowe)
6. soja i produkty pochodne
7. mleko i produkty pochodne
8. orzechy
9. seler i produkty pochodne
10. gorczyca i produkty pochodne
11. nasiona sezamu i produkty pochodne
12. dwutlenek siarki
13. łubin
14. mięczaki