|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Śniadanie** |  | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Poniedziałek**  **03.02.20** | Chleb wieloziarnisty (1); masło (7); schab swojski; sałata; papryka; płatki ryżowe na mleku (7) | marchewka do chrupania | Jaglanka z ziemniakami (9); naleśniki z serem i śmietaną (1,3,7); sałatka owocowa;  woda z miętą, cytryna i miodem | Chleb żytni z awokado i pomidorem (1,7); herbatka owocowa |
| **Wtorek**  **04.02.20** | Chleb żytni z ziarnem lnu (1); masło (7); pasta z wędzonego na ciepło łososia (4); ser żółty (7); ogórek kwaszony; rzodkiewka; owsianka królewska na mleku (1,7) | winogrona | Zupa brokułowa (7,9); gyros z kurczaka z sosem jogurtowym (7); ryż paraboiled; sałata ze śmietaną (7); kompot wiśniowy | Grahamka z szynką i papryką (1,7);  sok jabłkowy |
| **Środa**  **05.02.20** | Chleb orkiszowy (1); masło (7); ¼ jajka (3); szynka z indyka; ogórek zielony; pomidor; kawa zbożowa na mleku (1,7) | kalarepka do chrupania | Zupa zacierkowa z ziemniakami (1,3,9); gulasz wołowy (1); kasza bulgur (1); surówka z białej kapusty; woda z miętą, miodem i cytryną | Budyń czekoladowy (3,7);  ½ banana;  chrupki kukurydziane |
| **Czwartek**  **06.02.20** | Chleb żytni (1); masło (7); szynka pieczona */wyrób własny/*; ogórek zielony; papryka; płatki jęczmienne na mleku (1,7) | ½ jabłka | Krupnik z ziemniakami (9); pierogi z kapustą i mięsem (1,3); marchewka gotowana (1,7); kompot śliwkowy | Jogurt BIO z truskawkami (7);  ½ gruszki  chrupaki (1) |
| **Piątek**  **07.02.20** | Chleb razowy (1); masło (7); serek twarożkowy (7); krakowska podsuszana; ogórek zielony; rzodkiewka; gorące mleko (7) | cząstka melona | Zupa koperkowa z ryżem (7,9); ryba panierowana (1,3,4); ziemniaki; surówka z kapusty kwaszonej; kompot truskawkowy | Ciasto biszkoptowe (1,3,7) */wyrób własny/* sok gruszkowy |
| **Poniedziałek**  **10.02.20** | Chleb orkiszowy (1);  masło (7); polędwica swojska; pomidor; ogórek kwaszony; kakao (7); | ½ banana | Barszcz ukraiński z ziemniakami (7,9); kluski leniwe (1,3,7) surówka z marchewki i jabłka;  woda z miętą, miodem i cytryną | Wafle przekładane nutellą z cieciorki (1,3) */wyrób własny/*  cząstka pomarańczy  herbatka owocowa |
| **Wtorek**  **11.02.20** | Chleb wieloziarnisty (1); masło (7); krakowska podsuszana; ser żółty (7); ogórek zielony; rzodkiewka; płatki jaglane na mleku (7) | cząstka melona | Zupa z czerwoną soczewicą i ziemniakami (9); spaghetti po bolońsku (1); surówka z kapusty pekińskiej; kompot agrestowy | Talerz owoców;wafelek ryżowy |
| **Środa**  **12.02.20** | Chleb pszenny (1); masło (7); hummus; kurczak gotowany; pomidorki koktajlowe; papryka; płatki kukurydziane na mleku (1,7) | winogrona | Żurek z ziemniakami (1,9); pulpety z cielęciny (1,3);  kasza gryczana niepalona; buraczki zasmażane (1,7); kompot wieloowocowy | Jogurt waniliowy Piątuś (7); chrupki kukurydziane; cząstka melona |
| **Czwartek**  **13.02.20** | Chleb żytni (1); masło (7); pasztet mięsno-warzywny (1,3) */wyrób własny/* ; papryka; rzodkiewka; kakao (7) | cząstka pomarańczy | Zupa ogórkowa (7,9); kotlet panierowany z indyka (1,3); ziemniaki; fasolka szparagowa (1,7); kompot truskawkowy | Bułka wyborowa z serem żółtym i pomidorem (1,7); herbatka |
| **Piątek**  **14.02.20** | Chleb razowy i wieloziarnisty (1); masło (7); twarożek z pomidorem (7); szynka swojska; ogórek kwaszony; gorące mleko (7) | ½ banana | Zupa pomidorowa z brązowym ryżem (7,9) ryba pieczona w warzywach (3,9); ziemniaki;  woda z miętą, miodem i cytryną | Serduszka piernikowe (1,3,7); */wyrób własny/*  sok jabłkowy |

**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