|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Śniadanie** |  | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Poniedziałek**  **06.01.20** |  |  |  |  |
| **Wtorek**  **07.01.20** | Chleb pszenny (1); masło (7); schab swojski; ogórek zielony;  płatki kukurydziane na mleku (1,7) | ½ banan | Zupa koperkowa (7,9);  sos mięsno-warzywny z cieciorką; makaron pełnoziarnisty (1); ogórek kwaszony; kompot owocowy | Grahamka (1 ); masło (7); serek twarożkowy (7); papryka;  herbatka owocowa |
| **Środa**  **08.01.20** | Chleb razowy i wieloziarnisty (1); masło (7); pasta z tuńczyka (4); kurczak gotowany; ogórek kwaszony; pomidor; kakao (7) | ½ jabłka | Zupa grochowa (9);  kotlet mielony (1,3); marchewka kostka (1,7); ziemniaki;  kompot z owoców leśnych | Koktajl bananowy z maślanką (7);  chrupaki (1) |
| **Czwartek**  **09.01.20** | Chleb orkiszowy (1); masło (7); indyk pieczony */wyrób własny/*; pomidor; kawa INKA (1,7) | winogrona | Zupa ogórkowa z ziemniakami (7,9); strogonow (1); surówka z białej kapusty; kasza gryczana biała; kompot wieloowocowy | Ciasto marchewkowe (1,3) */wyrób własny/*;  sok gruszkowy |
| **Piątek**  **10.01.20** | Chleb żytni (1); masło (7); twarożek z rzodkiewką (7); krakowska podsuszana; ogórek zielony; gorące mleko (7) | ½ kiwi | Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (1,7,9); filet rybny panierowany (1,3,4); ziemniaki; surówka z kapusty kwaszonej; woda z miętą, cytryną i miodem | Jogurt waniliowy Piątuś (7);  chrupki kukurydziane;  cząstka melona |
| **Poniedziałek**  **13.01.20** | Chleb wieloziarnisty (1); masło (7); szynka swojska; sałata; pomidor; owsianka na mleku (1,7) | cząstka melona | Zupa z czerwoną soczewicą (9); kluski leniwe (1,3,7); tarta marchew z jabłkiem;  kompot wieloowocowy | Sałatka owocowa; chrupki biszkoptowe |
| **Wtorek**  **14.01.20** | Chleb orkiszowy (1); masło (7); pasta z łososia wędzonego (4); ser żółty (7); ogórek zielony; rzodkiewka;  kawa zbożowa INKA (1,7) | winogrona | Żurek z ziemniakami (1,3,7,9); gulasz z indyka (1); kasza jęczmienna; brukselka (1,7);  woda z miętą, cytryną i miodem | Wafle przekładane nutellą z cieciorki (1); ½ banana; herbatka owocowa |
| **Środa**  **15.01.20** | Chleb pszenny (1); masło (7); serek twarożkowy Bieluch (7); szynka z indyka; papryka; płatki orkiszowe na mleku (1,7) | ½ gruszki | Jaglanka z ziemniakami (9); spaghetti bolognese z makaronem pełnoziarnistym (1); sałata ze śmietaną (7);  kompot z owoców leśnych | Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi (1,7); marchewka do chrupania |
| **Czwartek**  **16.01.20** | Chleb żytni (1); masło (7); pasztet mięsno-warzywny (1,3) */wyrób własny/*; pomidorki koktajlowe; zacierki na mleku (1,3) | ½ jabłka | Barszcz ukraiński (7,9); klopsiki w sosie pomidorowym (1,3); ziemniaki;  kalafior gotowany (1,7);  kompot wiśniowy | Banan;  chrupaki (1) |
| **Piątek**  **17.01.20** | Chleb razowy i wieloziarnisty (1); masło (7); hummus (11); polędwica swojska; ogórek zielony; papryka; kakao (7) | mandarynki | Zupa pomidorowa z ryżem (7,9); kotleciki z dorsza (1,3,4); ziemniaki; surówka z kapusty pekińskiej; kompot śliwkowy | Ciasto drożdżowe (1,3,7) */wyrób własny/*;  gorące mleko (7) |

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