|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Śniadanie** |  | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Poniedziałek**  **11.11.19** |  |  |  |  |
| **Wtorek**  **12.11.19** | Chleb żytni (1); masło (7);  ser żółty (7); schab swojski;  ogórek kwaszony; pomidor;  kawa zbożowa INKA (1,7) | cząstka pomarańczy | Zupa z czerwoną soczewicą (9); kluski leniwe z masłem i bułką (1,3,7); tarta marchewka z jabłkiem (7); kompot agrestowy | Sałatka owocowa; chrupaki (1) |
| **Środa**  **13.11.19** | Chleb wieloziarnisty (1); masło (7); 1/4 jajka (3); szynka swojska; papryka; rzodkiewka; płatki jęczmienne na mleku (1,7) | ½ gruszki | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (7,9); gulasz z kurczaka (1); makaron pełnoziarnisty penne (1);  brukselka (1,7); sok jabłkowy | Grahamka (1);  masło (7); dżem cukiniowy  */wyrób własny/;*  herbatka |
| **Czwartek**  **14.11.19** | Bułka wyborowa (1); masło (7); szynka pieczona */wyrób własny/*; ogórek zielony; papryka; kasza manna na mleku (1,7) | mandarynki | Koperkowa (7,9); gołąbki bez zawijania (1,3); ryż paraboiled; bukiet warzyw (1,7);  woda z miętą, cytryną i miodem | Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi (1,7); ½ jabłka |
| **Piątek**  **15.11.19** | Chleb żytni (1); masło (7); dżem z dyni */wyrób własny/*; indyk pieczony; ogórek zielony; płatki orkiszowe na mleku (1,7) | ½ banana | Zupa pomidorowa z ryżem brązowym (1,7,9); filet z dorsza (1,3,4); ziemniaki; surówka z kapusty kwaszonej; kompot truskawkowy | Ciasteczko francuskie z jabłkiem (1,7)  */wyrób własny/*;  sok gruszkowy |
| **Poniedziałek**  **18.11.19** | Chleb orkiszowy (1); masło (7); polędwica swojska; pomidor; sałata; płatki jaglane na mleku (7) | cząstka melona | Jaglanka (9);  kotlecik mielony (1,3); ziemniaki; mizeria z jogurtem (7); woda z miętą, cytryną i miodem | Budyń waniliowy (3,7) */wyrób własny/*;  ½ jabłka;  chrupaki (1) |
| **Wtorek**  **19.11.19** | Chleb wieloziarnisty (1); masło (7); pasta z łososia wędzonego na ciepło (4); ser żółty (7);  ogórek zielony; kakao (7) | winogrona | Zupa brokułowa (7,9);  gulasz cielęcy (1); kuskus (1);  surówka z buraczków;  kompot z owoców leśnych | Wafle przekładane nutellą z cieciorki (1,3) */wyrób własny/;*  ½ gruszki;  bawarka (7) |
| **Środa**  **20.11.19** | Grahamka (1); masło (7);  pasztet mięsno-warzywny */wyrób własny/* (1,3); papryka; sałata; płatki kukurydziane na mleku (1,7) | cząstka pomarańczy | Krupnik z ziemniakami (9); pierogi z mięsem i kapustą (1,3);  marchewka gotowana (1,7);  woda z miętą, cytryną i miodem | Jogurt Bakoma BIO z wiśnią (7); chrupki kukurydziane;  ½ jabłka |
| **Czwartek**  **21.11.19** | Chleb żytni (1); masło (7); twarożek z pomidorem (7); krakowska sucha; ogórek zielony; kawa zbożowa INKA (1,7) | ½ banana | Zacierkowa z ziemniakami (1,3,9); pulpet wołowy (1,3); kasza gryczana biała; surówka z pomidorów z cebulą;  kompot śliwkowy | Rogalik z jabłkiem (1,3,7); mandarynka |
| **Piątek**  **22.11.19** | Chleb orkiszowy (1); masło (7); pasta z awokado; kurczak gotowany; ogórek kwaszony; gorące mleko (7) | cząstka melona | Barszcz czerwony z ziemniakami (7,9); spaghetti bolognese z makaronem pełnoziarnistym (1); zielona surówka; kompot truskawkowy | Ciasteczka piernikowe (1,3,7) */wyrób własny/*;  sok jabłkowo-gruszkowy |

**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