***MENU dla oddziału przedszkolnego***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Poniedziałek****9.3** | **Wtorek****10.3** | **Środa****11.3** | **Czwartek****12.3** | **Piątek****13.3** |
| **Śniadanie:** * **Kawa inka**
* **Sałatka jarzynowa**
* **Pieczywo z salami, serem żółtym i kiełkami**

**Obiad:** * ***Zupa: zarzutka z ziemniakami (warzywa)***
* ***II danie: makaron (durum) z białym serem ze śmietaną i jagodami***

***Podwieczorek:*** * ***Ciasto ucierane waniliowo – kakaowe***
* ***Jabłko / pomarańcza***
 | **Śniadanie:** * **Twarożek tzatziki ze słonecznikiem i pieczywem razowym**
* **Płatki gryczane na mleku**

**Obiad:** * ***Zupa: krupnik z ziemiakami (warzywa)***
* ***II danie: kotlet schabowy, ryż***
* ***Marchewka z groszkiem (na ciepło)***
* ***Fasolka szparagowa (na ciepło)***

***Podwieczorek:*** * ***Banan***
* ***Tosty pełnoziarniste na ciepło***
 | **Śniadanie:** * **Kanapka świnka (szynka, rzodkiewka, oliwki)**
* **Kasza manna na mleku**

**Obiad*** ***Zupa: pomidorowa z makaronem muszelki (durum) i warzywami***
* ***II danie: gulasz z szynki z kaszą gryczaną***
* ***Surówka z ogórka kiszonego***
* ***Surówka z kalarepy***

***Podwieczorek:*** * ***Paczki domowe z cukrem pudrem***
* ***Grejpfrut czerwony***
 | **Śniadanie:** * **Kanapka buźka (ser, pomidor, ogórek, sałata)**
* **Płatki ryżowe na mleku kakaowym**

***Obiad**** ***Zupa: pieczarkowa z ziemniakami (warzywa)***
* ***II danie: tagliatelle (durum) z mięsem mielonym i pomidorami***
* ***Brokuły na parze***
* ***Surówka colesław***

***Podwieczorek:**** ***Naleśniki ze śmietaną i owocami***
 | **Śniadanie:** * **Sałatka z pieczonego dorsza z warzywami i grahamką**
* **kakao**

**Obiad** * **Zupa: fasolowa na wędzonce z ziemniakami (warzywa)**
* **II danie: kopytka, sos szpinakowy z łososiem**
* **Sałata z warzywami i winegretem**

***Podwieczorek:*** * **Plastry ananasa zapiekane w cieście**
 |

***WSZYSTKIE WYROBY , WYPIEKI , SĄ WŁASNE, NA MIEJSCU W KUCHNI SZKOLNEJ…)/Zastrzegam sobie możliwość zmian w jadłospisie z powodu braku dostępności produktów …***

***Każdego dnia do posiłku (w zależności od posiłku tzn. (śn lub ob Lub podw) jest podawany jeden rodzaj picia – może to być np.: (herbata, kakao, inka, kompot owocowy, woda, lemoniada, soki) w zależności od dnia…***

***ALERGENY :***

***PN : 1,3,4,7,9***

***WT: 1.3,7,9***

***ŚR: 1,3,4,7,9***

***CZW: 1,3,7,9***

***PT: 1,3,4,7,9***

***informacje o alergenach***

***Zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady Nr 1169/2011 w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności, które ze szczególnym uwzględnieniem alergenów, muszą być łatwo dostępne, tak aby rodzic miał świadomość, że w odniesieniu do danej żywności występują kwestie związane z alergiami i nietolerancją pokarmową. W związku z powyższym przy jadłospisie będzie można znaleźć spis alergenów, a przy każdym daniu numer alergenu jaki zawiera to danie.***

***Numery alergenów występujących w posiłkach :***

1. Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, pszenica kamut,)
2. Skorupiaki i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
3. Jaja i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
4. Ryby i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
5. Orzeszki ziemne (arachidowe i produkty przygotowane na ich bazie)
6. Soja i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
7. Mleko i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
8. Orzechy (migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy oraz produkty przygotowane na ich bazie)
9. Seler i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
10. Gorczyca i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne (przygotowane na ich bazie)
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin (produkty przygotowane na ich bazie)
14. Mięczaki (produkty przygotowane na ich bazie)

***Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:***

pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, kwasek cytrynowy, cukier waniiowy.

***Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości : glutenu, mleka, jaj, soi, selera, gorczycy.***

***Również zgodnie z informacjami od producentów niektóre wyroby wędliniarskie mogą zawierać śladowe ilości soi.***