***MENU DLA ZERÓWEK***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Poniedziałek 20.09 | Wtorek 21.09 | Środa22.09 | Czwartek23.09 | Piątek24.09 |
| Śniadanie: * Płatki jaglane z bananem na mleku
* Kanapka (pieczywo wieloziarniste, masło, sałata, szynka, rzodkiewka, ogórek, herbata z dzikiej róży

Alergeny: 1,7Obiad :* ZUPA: ogórkowa z warzywami i ziemniakami
* II DANIE: shorma drobiowa, ryż, surówka z białej i czewonej kapusty z marchewką i buraczkiem ze słonecznikiem, woda z pomarańczą

Alergeny:1,7,9,10,11Podwieczorek: * Smoothie owocowe z jogurtem, ciasteczka zbożowe

Alergeny: 1,3,7 | Śniadanie:* Omlet biszkoptowy ze śliwką
* Kawa zbożowa

Alergeny: 1,3,7Obiad: * ZUPA: z soczewicy czerwonej z warzywami i ziemniakami
* II DANIE: pierogi z mięsem, marchewka z jabłkiem z jogurtem, kompot, woda

Alergeny:1, 3,7,9Podwieczorek: * Budyń jaglany z tartym jabłuszkiem, biszkopty

Alergeny: 1,3,7  | Śniadanie: * Płatki kukurydziane z mlekiem ryżowym
* Kanapka (kajzerka, masło, sałata, polędwica drobiowa, papryka, ogórek kiszony), herbata miętowa

Alergeny: 1,7Obiad: * ZUPA: barszcz czerwony z warzywami i ziemniakami
* II DANIE: makaron świderki (durum) ze szpinakiem z dodatkiem żółtego sera, surówka z kapusty pekińskiej, lemoniada

Alergeny: 1,3,7,9Podwieczorek: * Pączek, arbuz, bawarka

Alergeny: 1,3,7  | Śniadanie: * Parówki z szynki na ciepło z ketchupem, bułka z ziarnami z masłem, pomidorki koktajlowe, kakao

Alergeny: 1,3,7*Obiad:** *ZUPA: pomidorowa z warzywami i makaronem nitki*
* *II DANIE: kotlet schabowy, ziemniaki, surówka z pomidora i ogórka z vinegretem , kompot, woda*

*Alergeny: 1,3,7,9**Podwieczorek:** *Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem, pieczywo razowe, jabłko, herbata z cytryną*

*Alergeny: 1,7* | Śniadanie: * Zapiekanki z żółtym serem, pomidorki cherry, kawa inka

Alergeny: 1,7 Obiad:* ZUPA: zacierkowa na rosole z warzywami
* II DANIE: kotlet rybny (dorsz) z sezamem, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem, napój z cytryną i miętą

Alergeny: 1,3,4,7,9,11Podwieczorek:* Banan, bułeczka maślana, napój rumiankowy

Alergeny: 1,3,7 |

***WSZYSTKIE WYROBY , WYPIEKI , SĄ WŁASNE,WYRABIANE 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…***

***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 waniliowy.

***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.***