***MENU PRZEDSZKOLNE***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Poniedziałek  30.1 | Wtorek  31.1 | Środa  1.2 | Czwartek  2.2 | Piątek  3.2 |
| Śniadanie:   * Płatki kukurydziane z mlekiem/ kanapka (pieczywo wielozbożowe, masło, sałata, szynka konserwowa, ogórek, papryka) herbata lipowa   Alergeny: 1,7  Obiad:   * ZUPA: krupnik na kaszy jaglanej z warzywami i ziemniakami * II DANIE: makaron pełnoziarnisty z mięsem mielonym (wołowo-wieprzowym) w pomidorach z ziołami/surówka colesław/ lemoniada   Alergeny: 1,3,7,9  Podwieczorek:   * Gofry z nutellą, jabłko   Alergeny: 1,3,7 | Śniadanie:   * Owsianka kokosowa z bananem na mleku/ kanapka (pieczywo graham, masło, rukola, kiełbasa sucha krakowska, pomidor, ogórek) herbata z limoną   Alergeny: 1,7,12  Obiad:   * ZUPA: ogórkowa z warzywami i ziemniakami * II DANIE: pałeczki z kurczaka w miodowej marynacie, ryż, mix sałat w śmietanie/ kompot, woda   Alergeny: 1,7,9  Podwieczorek:   * Szyszka z ryżu preparowanego , mandarynka   Alergeny: 7 | Śniadanie:   * Płatki ryżowe na mleku/ kajzerka z masłem, parówka z szynki na ciepło, ogórek, papryka czerwona / herbata z cytryną   Alergeny: 1,3,7  Obiad:   * ZUPA: zupa pomidorowa z makaronem i warzywami * II DANIE: kurczak w sosie curry, kasza gryczana, surówka z czerwonej kapusty z buraczkami i jabłkiem/ kompot, woda   Alergeny: 1,3,7,9  Podwieczorek:   * Galaretka z brzoskwinią i biszkoptami   Alergeny: 1,3 | Śniadanie:   * Mini tortille z wędliną i żółtym serem , z pomidorem/ kakao   Alergeny: 1,3,7  Obiad:   * ZUPA: szczawiowa z jajkiem, warzywami i ziemniakami * II DANIE: kopytka z podpieczoną kiełbaską, surówka hawajska/ woda z cytryną   Alergeny: 1,3,7,9  Podwieczorek:   * Ciasto jogurtowe z owocami   Alergeny: 1,3,7 | Śniadanie:   * Płatki kulki czekoladowe z mlekiem/ kanapka (pieczywo orkiszowe, masło, biały ser z miodem) herbata owocowa   Alergeny: 1,3,7  Obiad:   * ZUPA: zacierkowa na rosole z warzywami * II DANIE: filet z miruny, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłuszkiem/ napój z sokiem malinowym   Alergeny: 1,3,4,9  Podwieczorek:   * Chrupki kukurydziane, banan   Alergeny: |

***WSZYSTKIE WYROBY , WYPIEKI , SĄ WŁASNE,WYRABIANENA 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.***