***MENU ☺ Zapraszamy***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Poniedziałek20.01 | Wtorek21.01 | Środa22.01 | Czwartek 23.01 | Piątek 24.01 |
| Śniadanie: * Owsianka z bananem na mleku/ kanapka (pieczywo wieloziarniste, masło, szynka, ogórek, papryka) herbata z cytryną

Alergeny: 1,7Obiad: * ZUPA: szpinakowa z warzywami i ziemniakami
* II DANIE: spaghetti napoli , sałata lodowa z marchewką i dipem czosnkowym/ kompot, woda

Alergeny: 1,3,7,9Podwieczorek: * Mini donaty z twarożkiem, mandarynka

Alergeny: 1,3,7 | Śniadanie: * Jajko na twardo ze szczypiorkiem z sosem majonezowo jogurtowym, kajzerka z masłem, pomidorki koktajlowe/ herbata malinowa

Alergeny: 1,3,7Obiad: * ZUPA: z białej kapusty z pomidorami z warzywami i ziemniakami
* II DANIE: kurczak Teriyaki z sezamem, ryż, fasolka szparagowa/ kompot, woda

Alergeny: 1,9Podwieczorek: * Galaretka owocowa, borówki

Alergeny:  | Śniadanie: * Ryż na mleku/ kanapka (pieczywo żytnie, masło, sałata, wędlina, rzodkiewka, ogórek kiszony) herbata z miodem

Alergeny: 1,7Obiad: * ZUPA: pomidorowa z warzywami i makaronem alfabet
* II DANIE: kotlet mielony , ziemniaki, surówka-marchewka z chrzanem/ lemoniada, woda

Alergeny: 1,3,7,9Podwieczorek: * Ciastko czekoladowe na maślance, jabłko

Alergeny: 1,3,7 | Śniadanie: * Musli z suszonymi owocami z mlekiem/ kanapka (pieczywo razowe, masło, sałata, polędwica, pomidor, ogórek) herbata owocowa

Alergeny: 1,7Obiad: * ZUPA: ogórkowa z warzywami i ziemniakami
* II DANIE: schab pieczony w sosie własnym, kasza bulgur, surówka z czerwonej kapusty ze słonecznikiem i anansem/ kompot, woda

Alergeny: 1,7,9Podwieczorek: * Gofry z bitą śmietaną, winogrona

Alergeny: 1,3,7 | Śniadanie: * Kanapka (pieczywo orkiszowe, masło, żółty ser, pomidorki cherry) chałka z dżemem/ herbata z cytryną

Alergeny: 1,7Obiad: * ZUPA: barszcz czerwony z warzywami i ziemniakami
* II DANIE: makaron fusilli z twarogiem i musem z truskawek/ woda z limonką

Alergeny: 1,3,7,9Podwieczorek: * Bułka maślana, pomarańcza

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 podawane picie – 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.***