**JADŁOSPIS OD 13.01.2025 DO 17.01.2025**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **data** | **śniadanie** | **II śniadanie** | **obiad** |
|  13.01.2025 | Płatki kukurydziane na mleku, pieczywo pełnoziarniste z masłem, kiełbasa krakowska sucha, sałata, pomidor, szczypior, ogórek kiszony, jabłko, herbata owocowa  | Tosty z kiełbasą, warzywami i żółtym serem, marchewka paluchy, herbata ziołowa, pieczywo chrupkie razowe, kakao, banan | Zupa kalafiorowa, jajko sadzone, frytki pieczone, fasolka szparagowa z wody, kompot wieloowocowy |
| alergeny | gluten, mleko,  | gluten, mleko | gluten, mleko, jaja, seler |
| 14.01.2025 | Płatki ryżowe na mleku, pieczywo pełnoziarniste z masłem, serek śmietankowy ze szczypiorkiem, jajko gotowane, sałata, pomidor, rzodkiewka, ogórek kiszony, szczypior, jabłko, herbata ziołowa | Kisiel z owocami, chrupki kukurydziane, , marchewka paluchy, herbata owocowa, mandarynka,  | Zupa jarzynowa, gulasz wieprzowy, kasza gryczana, , surówka z kapusty pekińskiej i pestek z dyni, kompot wieloowocowy |
| alergeny | gluten, mleko , jaja | gluten, mleko, | gluten, seler, mleko,  |
| 15.01.2025 | Płatki orkiszowe na mleku, pieczywo pełnoziarniste z masłem, szynka włoska, jajko gotowane, sałata, pomidor, ogórek kiszony, rzodkiewka, jabłko, herbata owocowa  | Pieczywo mieszane z masłem, pasta z tuńczyka, papryka, szczypior, napój owocowy, pomarańcza, marchewka paluchy, wafle ryżowe, kakao | Zupa ogórkowa, naleśniki z serem, surówka z marchwi i rodzynek, kompot wieloowocowy  |
| alergeny | gluten, mleko, jaja | gluten, mleko, ryby, | gluten, mleko , seler, jaja |
| 16.01.2025 | Płatki owsiane na mleku pieczywo pełnoziarniste z masłem, jajecznica na maśle, sałata, pomidor, szczypior, ogórek kiszony, rzodkiewka, jabłko , herbata  | Chałka drożdżowa z masłem, mus jabłkowy, marchewka paluchy, herbata owocowa, mandarynka, wafle ryżowe, kawa z mlekiem,  | Zupa wiejska, pulpety w sosie koperkowym, kasza jęczmienna, kalafior,. kompot wieloowocowy |
| alergeny,  | gluten, mleko, jaja  | gluten, mleko,  | gluten, seler, mleko, jaja  |
| 17.01.2025 | Płatki jęczmienne mleku, pieczywo pełnoziarniste z masłem, serek waniliowy, sałata, pomidor, szczypior, plastry cytryny z miodem, ogórek kiszony, rzodkiewka, jabłko, herbata owocowa | Ciasto ucierane ,owoce mieszane, herbata ziołowa, chrupki kukurydziane, kakao | Zupa pomidorowa z makaronem, kotlet z dorsza pieczony, ziemniaki, surówka z kapusty białej, kompot wieloowocowy  |
| alergeny | gluten, mleko,  | gluten, mleko, jaja | gluten, seler, ryby, jaja, mleko |

* Między posiłkami picie podawane jest na życzenie dziecka
* Tabela z alergenami –przy jadłospisie
* Solimy solą morską z potasem
* Używamy przypraw naturalnych np.;majeranek,papryka,czosnek,cebula,pietruszka,koperek,tymianek,oregano,cząber

Sporządziła Aniela Drela