|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Śniadanie** | **Obiad** | **Zupa** | **Podwieczorek** |
| **Poniedziałek 27.03.2023** | Płatki jaglane na mleku, pieczywo mieszane z masłem, pasta z sera żółtego, jajka, ogórek świeży, herbata owocowa (dieta: kaszka b/ml, pieczywo b/gl, szynka). II śniadanie: Jabłka, gruszka. | Kasza bulgur, pulpet z indyka w sosie paprykowym, mix warzyw z wody (kalafior, brokuł, marchewka mini), surówka z pomidora, dymki z oliwą, kompot owocowy,(dieta: kasza jaglana). | Zupa kapuśniak z ziemniakami i zieleniną. | Koktajl na bazie jogurtu, kefiru z truskawką, chrupki kukurydziane, (dieta: przecier owocowy, woda do picia). |
| *Alergeny* | *mleko (w tym laktoza), gluten* | *gluten, gorczyca, seler, soja, jajko* | *seler* | *gluten, mleko (w tym laktoza)* |
| **Wtorek 28.03.2023** | Bawarka na mleku, pieczywo mieszane z masłem, plasterki szynki z kurczaka i wieprzowej, pomidor malinowy, (dieta: mleko roślinne, pieczywo b/gl). II śniadanie: Banan, jabłko. | Ziemniaki z koperkiem, kuleczki z kurczaka w sosie brzoskwiniowym, fasolka szparagowa na parze, surówka z marchewki, jabłka z jogurtem, kompot owocowy, (dieta: sur. z oliwą). | Zupa pomidorowa z makaronem muszelki, zabielana mlekiem i zieleniną, (dieta: makaron b/gl, zupa bez mleka). | Twarożek z borówka, biszkopty, woda do picia, (dieta: b/ml przecier owocowy, biszkopty b/gl). |
| *Alergeny* | *mleko (w tym laktoza), gluten, seler* | *gluten, gorczyca, seler, soja, mleko (w tym laktoza), jajko* | *Seler, gluten, mleko (w tym laktoza), jajko* | *gluten, mleko (w tym laktoza)* |
| **Środa 29.03.2023** | Płatki orkiszowe na mleku, pieczywo mieszane z masłem, pasta z pomidorów suszonych w oliwie z pieczoną marchewką , ogórek kiszony, rumianek, (dieta: kaszka b/ml z owocami, pieczywo b/gl).  II śniadanie: Winogrono, jabłko. | Ziemniaki ze szczypiorkiem, pałeczki z dorsza z ziołami w sosie cytrynowym, brokuł gotowany na parze, surówka z kapusty pekińskiej, jabłka kukurydzą z jogurtem, (dieta: b/m surówka z oliwą), kompot owocowy. | Zupa z cukinii z kaszą kuskus i zieleniną, (dieta: kasza kukurydziana). | Kisiel wiśniowy z tartym jabłkiem, polewą jogurtową, herbatniki pszenne bio, (dieta: b/ml i jajka ciastka zoo, b/gl , ciastka b/gl} |
| *Alergeny* | *mleko (w tym laktoza), jajko, gluten* | *ryba, gluten, gorczyca, seler, soja, mleko (w tym laktoza), jajko* | *Seler, gluten* | *gluten, mleko (w tym laktoza)* |
| **Czwartek 30.03.2023** | Płatki jęczmienne, bułka pszenna z masłem, twarożek z musem malinowym, słupki marchewki, herbata z cytryną (dieta: kaszka b/ml, pieczywo b/gl, dżem). II śniadanie: Mango, jabłko. | Ryż jaśminowy, klopsy z mięsa mieszanego z sosem bazyliowym, marchewka z groszkiem zielonym, surówka z papryki kolorowej, cebulki, jabłka z oliwą, (dieta: makaron b/gl ), kompot owocowy. | Zupa buraczkowa z ziemniakami i zieleniną. | Jogurt z czereśnią , nasionami chia do picia, ciasteczka korzenne (własnej produkcji),(dieta: przecier owocowy, wafle ryżowe, woda do picia). |
|  | *mleko (w tym laktoza), gluten* | *gluten, gorczyca, seler, soja, mleko (w tym laktoza), jajko* | *seler* | *mleko (w tym laktoza), jajko, gluten* |
| **Piątek 31.03.2023** | Makaron literki na mleku, pieczywo mieszane z masłem, jajecznica na parze ze szczypiorkiem, pomidor, (dieta: bawarka na mleku roślinnym, szynka, pieczywo b/gl). II śniadanie: Melon, jabłko. | Kasza jaglana, dorsz pieczony w sosie ziołowym, szpinak na ciepło, surówka z rzodkwi białej, jabłkiem z jogurtem, kompot owocowy, (dieta: sur. z oliwą). | Zupa ogórkowa z ziemniakami i zieleniną. | Ciasto biszkoptowe z gruszką, kakao, (dieta: kakao na mleku roślinnym, ciastka b/gl), |
|  | *mleko (w tym laktoza), gluten, jajko* | *ryba, gluten), gorczyca, seler, soja, mleko (w tym laktoza), jajko* | *Seler* | *mleko (w tym laktoza), gluten, jajko* |
| Między posiłkami dzieci dostają do picia wodę. U dzieci na dietach stosuje się eliminację produktów wywołujących alergie. Informacje o składnikach alergennych użytych do przygotowania posiłków zgodnie z jadłospisem opracowano zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności (…).    Opracowała: Izabela Polowczyk | | | | |
|  | | | | |
|  | | | | |
| **Data** | **Śniadanie** | **Obiad** | **Zupa** | **Podwieczorek** |
| **Poniedziałek 03.04.2023** | Płatki żytnie na mleku, bułka z masłem plasterki mozzarelli, ogórek świeży, herbata owocowa (diet: kaszka b/ml i b/gl ryżowa owocowa, pieczywo b/gl). II śniadanie: Pomarańcz, jabłka. | Ziemniaki puree, kuleczki z kurczaka w sosie koksowym, marchewka mini na parze, surówka z pora, kukurydzy, jabłka z jogurtem, (dieta b/ml surówka z oliwą), kompot owocowy. | Zupa brokułowa z kaszą jęczmienną i zieleniną, (dieta: b/gl ziemniaki). | Ciasto zebra, kawa zbożowa na mleku modyfikowanym, (dieta: napój roślinny biszkopty b/gl). |
| *Alergeny* | *mleko (w tym laktoza), gluten, seler* | *gluten, gorczyca, seler, soja, mleko (w tym laktoza), jajko* | *Seler, gluten* | *mleko (w tym laktoza), jajko, gluten* |
| **Wtorek 04.04.20223** | Zacierki na mleku, kanapki z pieczywa mieszanego z masłem i polędwicą z kurczaka, pomidor, herbata z cytryną i imbirem (dieta: kaszka b/ml i b/gl ryżowa owocowa) II śniadanie: Jabłko, banan. | Kasza owsiana, medaliony drobiowe w sosie jarzynowym, , fasolka szparagowa, surówka z marchewki, ananasa z oliwą, kompot owocowy. | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami | Koktajl na bazie jogurtu, maślanki z maliną, chrupki kukurydziane, (dieta: mleko roślinne z maliną). |
| *Alergeny* | *mleko (w tym laktoza), gluten, seler* | *Gluten, gorczyca, seler, soja, mleko (w tym laktoza), jajko* | *seler* | *mleko (w tym laktoza)* |
| **Środa 05.04.2023** | Płatki gryczane na mleku, pieczywo z masłem, pasta z cieciorki i włoszczyzny z ziołami, rzodkiewka, mięta, (dieta: kaszka b/ml i b/gl ryżowa owocowa, pieczywo b/gl, pasta j.w.) II śniadanie: Winogrono, jabłka. | Makaron, kotleciki z cukinii i włoszczyzny w sosie pomidorowym, surówka z sałaty lodowej z pomidorem, cebulką w sosie winegret, kompot owocowy. | Zupa kalafiorowa z ziemniakami i zieleniną, | Sernik na zimno z musem wiśniowym, herbatniki pszenne bio, lemoniada, (dieta: przecier owocowy, ciastka b/gl) |
| *Alergeny* | *mleko (w tym laktoza), gluten, jajko* | *gluten, jajko* | *Seler* | *gluten, mleko (w tym laktoza), jajko* |
| **Czwartek 06.04.2023** | Kasza manna na mleku, pieczywo mieszane z masłem, jajecznica, papryka kolorowa, woda z miodem i cytryną, (dieta: kakao na mleku roślinnym, pieczywo b/gl, szynka) II śniadanie: Mandarynka, jabłka. | Ziemniaki, schab pieczony, sos śliwkowy, buraczki na ciepło, surówka z selera, jabłka z rodzynkami i jogurtem, (dieta: surówka z oliwą), kompot owocowy. | Zupa dyniowa z płatkami ryżowymi i zieleniną. | Placuszki z borówką na bazie jogurtu, mleko waniliowe, (dieta: placuszki b/gl i b/j z borówką, mleko roślinne). |
| *Alergeny* | *mleko (w tym laktoza), gluten* | *gluten, seler, soja, mleko (w tym laktoza), jajko* | *seler* | *mleko (w tym laktoza), gluten* |
| **Piątek 07.04.2023** | Kakao na mleku, pieczywo mieszane z masłem, serek brzoskwiniowy, rumianek (dieta: kakao na mleku roślinnym, pieczywo b/gl, dżem) II śniadanie: Jabłko, gruszka. | Kasza gryczana, dorsz przygotowany na parze, sos musztardowy, kapusta kiszona z kminkiem na ciepło, surówka z rukoli, roszponki , papryki, cebulki z oliwą, kompot owocowy. | Zupa barszcz biały z ziemniakami i zieleniną. | Jabłko duszone pod pierzynką kruchego ciasta pszenno-kokosowego, mleko z miodem (dieta: b/ml i b/gl jabłko duszone, ciastka zoo i b/gl, napój roślinny z miodem ), |
|  | *mleko (w tym laktoza), gluten* | *ryba, gluten , gorczyca, seler, soja, mleko (w tym laktoza), jajko* | *seler* | *gluten, mleko (w tym laktoza)* |

Między posiłkami dzieci dostają do picia wodę. U dzieci na dietach stosuje się eliminację produktów wywołujących alergie. Informacje o składnikach alergennych użytych do przygotowania posiłków zgodnie z jadłospisem opracowano zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności (…).

Opracowała: Izabela Polowczyk