

**Menu żłobek-kwiecień 2021r**

***-Firma J.B.Partners Anna Topa nie ponosi odpowiedzialności za dzieci z dietami eliminacyjnymi w alergii pokarmowej, będące pod ścisłą kontrolą lekarza.***

***- Z mocy postanowień ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych, intendent-dietetyk zastrzega sobie prawo kopiowania, udostępniania treści jadłospisu.***

*-****Firma J.B.Partners Anna Topa ściśle przestrzega Rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016 r. w sprawie grup środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełniać środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego.***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  **DATA** | **ŚNIADANIE** | **ZUPA**  | **II DANIE** | **PODWIECZOREK** |
| **Czwartek** **01.04.2021** **Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:703,2 b: 13,2 g, t: 21,6 g, w: 108,1 g** | **Pieczywo mieszane z masłem 25g,twarożkiem waniliowym z dodatkiem rodzynek 20g, Herbata z owoców leśnych 180ml**(składniki: pieczywo **pszenne**, **żytnie**, **masło** extra, **twaróg** półtłusty,cukier waniliowy, **jogurt** naturalny, rodzynki, herbata owocowa**)****Chleb mieszany pszenno-żytni** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże) **Chleb żytni razowy** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia**, woda, sól, drożdże**)****Masło** (składnik**i:**śmietanka z **mleka**)**Twaróg półtlusty (**składniki: **mleko,** kultury bakteryjne)**Jogurt naturalny-bakoma, bez dodatku cukru** (składniki: **mleko**, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz L. acidophilus i Bifidobacterium lactis)**Alergeny:1,7,12** | **Zupa ogórkowa z ziemniakami, gotowana na wywarze warzywnym 200ml**(składniki: woda, ogórki kiszone marchewka, pietruszka, por, ziemniaki)**Alergeny: brak** | **Gulasz wieprzowy z warzywami, kasza gryczana, surówka z buraczków z dodatkiem jabłka 40/80/50g**(składniki:mięso wieprzowe, koncentrat pomidorowy 30%, przyprawy, marchewka, pietruszka,mąka **pszenna,** kasza gryczana**,** buraki,jabłka,olej,przyprawy**)****(mąka** typ 450-tortowa**)****Alergeny:1** | **Chrupki kukurydziane 10g**(składniki: kasza kukurydziana. Produkt może zawierać **orzeszki arachidowe, soję, mleko)****Alergeny: 5,6,7** |
| **Piątek** **02.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:715,2 b: 22,1 g, t: 10,2 g, w: 95,5 g** | **Chleb mieszany pszenno- żytni oraz razowy z masłem, pomidorem,wędliną drobiową,****Płatki górskie na mleku 25/10/5/180ml**(składniki:pieczywo **pszenne** i **żytnie**, **masło** extra, warzywa,**jajko**, **masło** extra, szczypior, herbata owocowa, cukier **)****Chleb mieszany pszenno-żytni** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże) **Chleb żytni razowy** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia**, woda, sól, drożdże**)****Polędwica z indyka 95% mięsa:** (składniki: polędwica z indyka 95%, sól, glukoza, ekstrakty przypraw, przeciwutleniacz:, olej rzepakowy) **Masło:**(składniki:śmietanka z **mleka)****Płatki owsiane:**(składniki:oczyszczone ziarno  **owsa)****Warzywa:** pomidor, szczypior **Alergeny:1,3,7** | **Zupa koperkowa z ryżem gotowana na wywarze wołowo- drobiowym 180ml**(składniki: woda, ryż, mięso drobiowe bez skóry, wołowina, marchew, lubczyk)**Alergeny: brak** | **Burger rybny z sosem, puree ziemniaczane z koperkiem, surówka kapusty kwaszonej 30/80/50g**(składniki: tilapia **bez skóry**, **jajka**, mąka **pszenna**, marchewka,bułka tarta-**pszenna**, ziemniaki,kapusta biała,cebula, olej rzepakowy, przyprawy)**(mąka:** typ 450-tortowa**)****bułka tarta:** (składniki: mąka **pszenna**,sól, drożdże)**Alergeny:1,3,4** | **Gruszka 35g****Alergeny: brak** |
|  **Wtorek** **06.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:680,1 b: 25,1 g, t: 13,1 g, w: 93,0 g** | **Pieczywo pszenno-żytnie z masłem dżemem niskosłodzonym, Płatki kukurydziane na mleku 25/3/180ml**(składniki:pieczywo **pszenne** i **żytnie**, **masło** extra,dżem niskosłodzony, **mleko** 2% tłuszczu, płatki kukurydziane)**Chleb mieszany pszenno-żytni** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże)**Chleb żytni razowy** (składniki:kwas naturalny **żytni**, **mąka żytnia razowa, maka żytnia, woda, sól, drożdże)****Masło:(**składniki:śmietanka z **mleka)****Dżem niskosłodzony:**(składniki: woda, cukier,owoce, pektyny, substancja zagęszczająca, kwas cytrynowy i cytryniany sodu, aromaty)**Płatki kukurydziane:** (składniki:94% łamane ziarno kukurydzy, cukier, sól, może zawierać zboża zawierające **gluten (pszenica) w tym orkisz, żyto, jęczmień, owies, orzeszki ziemne, inne orzechy, soje, mleko oraz nasiona sezamu.****Alergeny:1,5,6,7,8,11** | **Zupa jarzynowa gotowana na wywarze drobiowym 150ml** (składniki:woda, brokuł, kalafior, marchewka, pietruszka, por, mięso drobiowe bez skóry, przyprawy, lubczyk**)****Alergeny: brak** | **Chili con carne z mięsem wieprzowym, serwowane z makaronem (drobnym), surówka z białej kapusty z ogórkiem kwaszonym****55/80/50g**(składniki: makaron zaw.100% durum, mięso wieprzowe, koncentrat pomidorowy 30%, mąka **pszenna,** papryka św, fasola czerwona**,** marchew, cebula, ogórek kwaszony, kapusta biała,przyprawy)**Makaron 100% durum (składniki: semolina - mąka z pszenicy durum, woda)****Alergeny:1** | **Jabłko 30g****Alergeny:brak** |
|  **Środa****07.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:656,8 b: 26,1 g, t: 15,2 g, w: 97,3 g** | **Chleb mieszany pszenno- żytni oraz razowy z masłem, pastą jajeczną ze szczypiorkiem Herbata z cytryną 25/15/180ml**(składniki:pieczywo **pszenne** i **żytnie**, **masło** extra,**jajko**, **masło** extra, szczypior, herbata, cytryna, cukier **)****Chleb mieszany pszenno-żytni** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże), ziarna, dyni, sezamu, słonecznika **Chleb żytni razowy** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia**, woda, sól, drożdże, ziarna, dyni, sezamu, słonecznika**)****Masło:**(składniki:śmietanka z **mleka)****Warzywa:**szczypior **Alergeny:1,3,7,cytrusy**  | **Zupa pomidorowa z twistem pomarańczowym gotowana na bulionie warzywnym, serwowana z makaronem (drobnym) 200ml** (składniki: woda marchewka, pietruszka, por, makaron 100% **durum** (**składniki: semolina-mąka z pszenicy razowa)** koncentrat pomidorowy 30%, przyprawy,)**Alergeny:1,cytrusy** | **Pulpet drobiowy z imbirową nutą w sosie koperkowym, kasza jęczmienna, buraczki na ciepło 30/15/80/50**(składniki::mięso drobiowe bez skóry,**jajka**, bułka tarta- **pszenna**, imbir, koperek, kasza **jęczmienna**, buraczki, przyprawy, olej rzepakowy)(bułka tarta składniki: mąka **pszenna**,sól, drożdże)**Alergeny:1,3** | **Wafle ryżowe 10g**(składniki: ryż preparowany. Produkt może zawierać **orzeszki arachidowe, soję)****Alergeny: 5,6,8** |
| **Czwartek****08.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:721,3 b: 21,2 g, t: 17,0 g, w: 97,2 g** | **Bułka pszenna oraz żytnia z masłem, ogórkiem kwaszonym oraz szczypiorem.** **Parówka z szynki 93% (25/10/50g)**(składniki:pieczywo **pszenne** i **żytnie**, **masło,** warzywa, parówka z szynki**)****Bułka pszenna** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże)**Bułka żytnia** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia**, woda, sól, drożdże**)****Parówki z szynki:** (składniki: mięso wieprzowe z szynki 93%,woda, sól, przyprawy, aromatynaturalne)**Masło: (składniki:** śmietanka z **mleka)****Warzywa:** szczypior, ogórek kwaszony**Alergeny:1,7** | **Zupa grochowa z ziemniakami gotowana na wywarze mięsnym 150ml**(składniki: woda,groch łuskany, marchewka, pietruszka, por, przyprawy, seler, ziemniaki, mięso drobiowe bez skóry)**Alergeny: brak** | **Krokiety z ziemniaków i sera twarogowego z bazylią serwowane z sosem pieczarkowym, surówka z marchewki i jabłka z dodatkiem rodzynek 80/25/50g**(składniki: ziemniaki, **twaróg** półtłusty,  **jajka**, mąka **pszenna**, bułka **pszenna**, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy, marchew, jabłko, rodzynki,cebula, bazylia, pieczarki)**mąka:** typ 450-tortowa**bułka tarta:** (składniki: mąka **pszenna**, sól)**Alergeny:1,3,7,12** | **Kisiel owocowy na mące ziemniaczanej 150ml**(składniki: mieszanka owocowa,mąka ziemniaczana**Alergeny:brak**  |
| **Piątek** **09.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:702,2 b: 12,3 g, t: 8,8 g, w: 82,1 g** | **Dzieci same komponują kanapki:****Pieczywo mieszane z masłem, polędwicą drobiową 96% mięsa, warzywami sezonowymi Płatki owsiane na mleku 25/15/5/180ml**(składniki:pieczywo **pszenne** i **żytnie**, **masło** extra, szynka drobiowa, warzywa,płatki owsiane, mleko 2%**)****Chleb mieszany pszenno-żytni** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże)**Chleb żytni razowy** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia**, woda, sól, drożdże**)****Masło:(**składniki: **śmietanka z mleka)****Polędwica drobiowa 96% mięsa: (składniki:** filet z piersi indyka 96%, sól, glukoza, ekstrakty przypraw, olej rzepakowy) **Alergeny:1,3,7** | **Rosół z makaronem (drobnym) gotowany na wywarze drobiowym 180ml** (składniki: makaron zaw.100% **durum**, marchewka, pietruszka, por, mięso drobiowe)**Alergeny:1** | **Ryba w złocistej panierce, puree ziemniaczane, surówka colesław 30/80/50g**(składniki: **tilapia bez skory**, marchew, kapusta, **jajka**, mąka **pszenna**, bułka tarta **pszenna**, ziemniaki,przyprawy)**Alergeny:1,3,4** | **Budyń waniliowy 180g**(składniki:**mleko** 2%,żółtko **jaja**, cukier, mąka ziemniaczana,wanilia**)****Alergeny: 1,3,7** |
| **Poniedziałek****12.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:688,0 b: 11,1 g, t: 9,3 g, w: 73,6 g** | **Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem, serem żółtym, warzywami,** **Kasza manna na mleku 25/10/180ml****(**składniki:pieczywo **pszenne** i **żytnie**,**masło, ser** żółty, warzywa, **kasza** manna, mleko 2%**)****Chleb mieszany pszenno-żytni** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże)**Chleb żytni razowy** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia,** woda, sól, drożdże**)****Masło:** (składniki:śmietanka z **mleka)****Ser żółty:** (składniki: **mleko** odtłuszczone, sól, chlorek wapnia, kultury bakterii kwasu mlekowego, podpuszczka mikrobiologiczna, barwnik :karoteny**)****Alergeny:1,7** | **Zupa ogórkowa z ziemniakami, gotowana na wywarze warzywnym 180ml**(składniki:ogórki kwaszone, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, lubczyk, przyprawy)**Alergeny: brak** | **Leczo warzywne z indykiem 155/90g, sałatka szwedzka z ogórków kwaszonych z oliwą 75/50g**(składniki: makaron zaw.100% **durum**, mięso z indyka bez skóry, por, marchew, brokuł, kalafior, kukurydza, przyprawy, mąka ziemniaczana)**Alergeny:1** | **Jabłko 40g****Alergeny: brak** |
|  **Wtorek** **13.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:693,7 b: 11,0 g, t: 9,8 g, w: 78,1 g** | **Chleb mieszany pszenno- żytni oraz razowy z masłem, warzywami sezonowymi, Jajecznica ze szczypiorkiem 25/15/180, Herbata owocowa**(składniki:pieczywo **pszenne** i **żytnie**, **masło** extra,**jajko**, **masło** extra, szczypior, herbata, owocowa, cukier **)****Chleb mieszany pszenno-żytni** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże), ziarna, dyni, sezamu, słonecznika **Chleb żytni razowy** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia**, woda, sól, drożdże, ziarna, dyni, sezamu, słonecznika**)****Masło:**(składniki:śmietanka z **mleka)****Alergeny:1,3,7**  | **Rosolnik z ryżem, gotowany na wywarze wołowo- drobiowym 200ml**(składniki: woda, ryż, mięso drobiowe bez skóry, wołowina, marchew, lubczyk)**Alergeny: brak** | **Filecik z kurczaka panierowany 85g, puree ziemniaczane,marchew z groszkiem 40/80/55g** (składniki: mięso drobiowe bez skóry,bułka tarta-**pszenna, jajka,** przyprawy, ziemniaki, marchew, groszek, mąka **pszenna**)**Alergeny:1,3** | **Jogurt naturalny z cynamonem 150ml****(składniki:mleko, żywe kultury bakterii jogurtowych,cynamon)** **Alergeny:7** |
|  **Środa** **14.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:555,1 b: 10,1 g, t: 9,2 g, w: 79,3 g** | **Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem, pastą szynkową z indyka 93%, ogórek kwaszony, szczypior 70/30/15g, Kaszka kukurydziana na mleku 25/10/2/180ml****(**składniki: pieczywo **pszenne** i **żytnie**, **masło,** **mleko** 2% tłuszczu, **kawa inka**, szynka z indyka, warzywa, mleko 2%)**Chleb mieszany pszenno-żytni** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże)**Chleb żytni razowy** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia**, woda, sól, drożdże**)****Masło:(**składniki: śmietanka z **mleka)****Kasza kukurydziana 100%****Polędwica z indyka 93% mięsa:** (składniki: indyk 93%, sól, glukoza, ekstrakty przypraw, olej rzepakowy) Warzywa: ogórek kwaszony,szczypior**Alergeny:1,7** | **Barszcz czerwony z ziemniakami gotowany na bulionie warzywnym 180ml**(składniki: woda,buraki marchewka, pietruszka, por, przyprawy, ziemniaki) **Alergeny:brak**  | **Ryż z jabłkami prażonymi i cynamonem, serwowany z sosem waniliowym, surówka ‘’amore mio’’ z ananasem 75/45/50g**(składniki:ryż biały, jabłka cynamon, **jogurt** naturalny, marchew,ananas)**Alergeny:7** | **Chrupki kukurydziane 10g**(składniki: kasza kukurydziana. Produkt może zawierać **orzeszki arachidowe, soję, mleko (**łącznie z **laktozą)****Alergeny: 5,6,7** |
| **Czwartek** **15.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:620,4 b: 13,0 g, t: 10,2 g, w: 78,5 g** | **Bułka z masłem dżemem niskosłodzonym Kakao na mleku 25/4/ 180ml**(składniki:pieczywo **pszenne** i **żytnie**, **masło** extra,dżem niskosłodzony, **mleko** 2% tłuszczu, kakao)**Bułka pszenna** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże)**Bułka żytnia** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia**, woda, sól, drożdże**)****Masło:(**składniki:śmietanka z **mleka)****Dżem niskosłodzony:**(składniki: woda, cukier, owoce, pektyny, kwas cytrynowy i cytryniany sodu, aromaty)**Kakao** o obniżonej zawartości tłuszczu 10-12% produkt może zawierać **soję, gluten i orzechy laskowe)****Alergeny:1,6,7** | **Krem pomidorowo-porowo-ziemniaczany gotowany na wywarze warzywnym 200ml**(składniki: woda marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy, pieczywo **pszenne**, koncentrat pomidorowy 30%)**Alergeny:1**  |  **Gulasz a’la strogonow, kasza jęczmienna, sałatka z buraczków z dodatkiem jabłka 45/75/50g**(składniki:mięso wieprzowe, koncentrat pomidorowy 30%,marchewka, por, ogórek kwaszony, przyprawy, mąka **pszenna,** kasza **jęczmienna,** buraki,jabłka,olej przyprawy**)****(mąka** typ 450-tortowa**)****Alergeny:1**  | **Jabłko 40g****Alergeny:brak**  |
| **Piątęk** **16.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:703,8 b: 12,4 g, t: 11,3 g, w: 88,1 g** | **Dzieci same komponują kanapki:****Pieczywo mieszane z masłem, polędwicą drobiową 96% mięsa, warzywami sezonowymi Płatki górskie na mleku 25/10/5/180ml**(składniki:pieczywo **pszenne** i **żytnie**, **masło** extra, polędwica drobiowa, warzywa, płatki **owsiane**, mleko 2%**)****Chleb mieszany pszenno-żytni** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże)**Chleb żytni razowy** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia**, woda, sól, drożdże**)****Masło:(**składniki: **śmietanka z mleka)****Polędwica drobiowa 96% mięsa:** (składniki:filet z piersi indyka 96%, sól, glukoza, ekstrakty przypraw, olej rzepakowy) **Alergeny:1,3,7** | **Zupa krupnik ,,mazurski,, z ziemniakami, gotowany na wywarze mięsnym 150ml** (składniki:woda, kasza **jęczmienna**, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy, mięso z kurczaka bez skóry)**Alergeny:1** | **Klopsik rybny w sosie koperkowym , puree ziemniaczane, surówka domowa z kwaszonej kapusty 30/20/75/50g**(składniki: **miruna** bez skóry, **jajka**, mąka **pszenna**, bułka tarta-**pszenna**, ziemniaki, kapusta kwaszona,koperek)**Alergeny:1,3,4** | **Ciasto marchewkowe 25g-wyrób własny**(składniki:mąka **pszenna,** **jajka,** proszek do pieczenia,marchew, olej rzepakowy, cukier)**Alergeny:1,3** |
| **Poniedziałek** **19.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:616,4 b: 12, g, t: 9,1 g, w: 77,0 g**  | **Pieczywo mieszane z masłem, pasztetem wieprzowym-wyrób własny, warzywami sezonowymi, Płatki kukurydziane na mleku 25/10/180ml**(składniki:pieczywo **pszenne** i **żytnie**, **masło** extra, mięso wieprzowe, warzywa, płatki kukurydziane, mleko 2%**)****Chleb mieszany pszenno-żytni** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże)**Chleb żytni razowy** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia**, woda, sól, drożdże**)****Masło:(**składniki: **śmietanka z mleka)****Pasztet wieprzowy-wyrób własny** (składniki: mięso wieprzowe, bułka **pszenna, jajka,** przyprawy**)****Alergeny:1,3,7** | **Zupa kalafiorowa gotowana na bulionie warzywnym 180ml** (składniki:woda, kalafior, marchewka, pietruszka, por, przyprawy, ziemniaki, lubczyk**)****Alergeny: brak** | **Ratatouille warzywne z pomidorami serwowane z makaronem (drobnym), ogórek kwaszony 85/50g**(składniki: makaron zaw.100% **durum**,brokuł, fasolka zielona**,** mix papryk, cukinia, fasolka czerwona, ogórek kwaszony, pomidory, koncentrat 30%,przyprawy)**Makaron 100% durum (składniki: semolina - mąka z pszenicy durum, woda)****Alergeny:1** | **Biszkopty bezcukrowe 10g** (składniki:mąka **pszenna**, **jajka**, skrobia ziemniaczana, spulchniacze,sól, aromat, barwnik:karoteny,Produkt może zawierać **orzeszki arachidowe**, **orzechy**,**mleko,soję** i nasiona **sezamu**. **Alergeny:1,5,6,7**,**8,11**  |
| **Wtorek****20.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:665,2 b: 12,4 g, t: 10,2 g, w: 94,1 g** | **Chleb pszenny i żytni z masłem, jajkiem gotowanym ze szczypiorkiem i rzodkiewką, Herbata ziołowa 25/15/200ml** (składniki:pieczywo **pszenne** i **żytnie**, **masło** extra, **jajka**,warzywa, herbata ziołowa)**Chleb mieszany pszenno-żytni** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże)**Chleb żytni razowy** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia**, woda, sól, drożdże**)****Masło:(**składniki:śmietanka z **mleka)****Alergeny:1,3,7** | **Wiosenny krem z zielonych warzyw gotowana na wywarze warzywnym 200ml**(składniki:groszek zielony, brokuły, szpinak,marchewka, pietruszka, por,ziemniaki)**Alergeny: brak** | **Eskalopki z indyka w sosie ziołowym pieczone w piecu konwekcyjno-parowym, puree ziemniaczane, surówka koperkowa 35/80/50g** (składniki:mięso drobiowe bez skóry,maka **pszenna,** ziemniaki, koperek,kapusta biała, przyprawy) **(mąka:**typ 450-tortowa)**Alergeny:1** | **Wafle ryżowe przekładane dżemem 10g**(składniki: ryż, dżem niskosłodzony)**Alergeny: brak** |
| **Środa** **21.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:622,8 b: 17,0 g, t: 14,5 g, w: 94,5 g**  | **Chleb pszenny i żytni oraz razowy z masłem, pastą twarogowo-tuńczykową, Herbata z cytryną 25/15/200ml** **(**składniki: pieczywo **pszenne, żytnie, masło** extra, **twaróg** chudy, tuńczyk, szczypiorek, herbata, cytryna**)****Chleb mieszany pszenno-żytni** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże)**Chleb żytni razowy :**(składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia**, woda, sól, drożdże**)****Masło:(**składniki:śmietanka z **mleka)****Twaróg chudy:(**składniki: **mleko,** kultury bakteryjne)**Alergeny:1,4,7,cytrusy** | **Rosół gotowany na bulionie drobiowym z makaronem (drobnym) 200ml**(składniki:makaron zaw.100% **durum**, marchewka, pietruszka, por, mięso drobiowe, lubczyk, przyprawy) **Makaron 100% durum (składniki: semolina - mąka z pszenicy durum, woda)****Alergeny:1** | **Kurczak w cytrynie i ziołach pieczona w piecu konwekcyjno-parowym, puree ziemniaczane, marchewka z groszkiem z dodatkiem masła 40/80/50g**(składniki:kurczak bez skóry, przyprawy, cytryna,mąka **pszenna,** ziemniaki, marchew, groszek zielony, **masło** extra, przyprawy**)****(mąka:** typ 450-tortowa**)****Alergeny:1,7 cytrusy** | **Budyń waniliowy 150g**(składniki:**mleko** 2%,żółtko **jaja**, cukier, mąka ziemniaczana,wanilia**)****Alergeny: 1,3,7** |
| **Czwartek** **22.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:633,9 b: 17,1 g, t: 9,2 g, w: 88,5 g** | **Bułka pszenna oraz żytnia z masłem, ogórkiem kwaszonym oraz szczypiorem. Parówka z szynki 93% ,Kaszka kukurydziana na mleku 25/4/50/180** (składniki:pieczywo **pszenne** i **żytnie**, **masło,** warzywa, parówka z szynki**)****Bułka pszenna** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże)**Bułka żytnia** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia**, woda, sól, drożdże**)****Parówki z szynki:** (składniki: mięso wieprzowe z szynki 93%,woda, sól, przyprawy, aromatynaturalne)**Masło: (składniki:** śmietanka z **mleka)****Warzywa:** szczypior, ogórek kwaszony**Alergeny:1,7** | **Zupa jarzynowa gotowana na wywarze drobiowym 180ml** (składniki:woda, brokuł, kalafior, marchewka, pietruszka, por,mięso drobiowe bez skóry, przyprawy, lubczyk**)****Alergeny: brak** | **Gołąbek bez zawijania pieczony w piecu konwekcyjno-parowym serwowany z sosem pomidorowym, puree ziemniaczane 40/25/80g** (składniki:mięso wieprzowe,ryż, **jajka,** kapusta, przyprawy,cebula, ziemniaki, koncentrat pomidorowy 30%)**Alergeny:3** |  **Jabłko 50g****Alergeny:brak**  |
| **Piątek** **23.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:666,3 b: 10,2 g, t: 00,7 g, w: 89,3 g**  | **Dzieci same komponują kanapki:****Pieczywo mieszane z masłem, polędwicą drobiową 97% mięsa, warzywami sezonowymi, Kasza manna na mleku 25/10/5/180ml**(składniki:pieczywo **pszenne** i **żytnie**, **masło** extra, polędwica drobiowa, warzywa, **kasza** manna, mleko 2%**)****Chleb mieszany pszenno-żytni** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże)**Chleb żytni razowy** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia**, woda, sól, drożdże**)****Masło:(**składniki: **śmietanka z mleka)****Polędwica drobiowa 97% mięsa:** (składniki:filet z piersi kurczaka 97%, sól, glukoza, ekstrakty przypraw, olej rzepakowy) **Alergeny:1,7** | **Zupa śródziemnomorska pomidorowa z kukurydzą gotowana na wywarze mięsnym , serwowana z ryżem 200ml** (składniki: woda marchewka, pietruszka, por, ryż,koncentrat pomidorowy 30%, przyprawy, kukurydza, mięso z kurczaka bez skóry)**Alergeny: brak** | **Pierogi ruskie, surówka z kwaszonej kapusty z dodatkiem jabłka 95/50g**(składniki:mąka **pszenna**, **jajko**,**twaróg** chudy,ziemniaki, cebula,woda, sól, marchewka,kapusta kwaszona,jabłko,olej)**Alergeny:1,3,7** | **Kolorowe kryształki galaretki z owocami 150g**(składniki: cukier, pektyna,kwas cytrynowy, aromat, ekstrakt z czarnej marchwi i hibiskusa, karoteny,owoce mrożone)**Alergeny:brak** |
| **Poniedziałek** **26.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:702,0 b: 17,1 g, t: 12,3 g, w: 98,6 g** | **Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem, serem żółtym, warzywami, Płatki owsiane na mleku 25/10/180ml****(**składniki:pieczywo **pszenne** i **żytnie**,**masło, ser** żółty, warzywa, płatki **owsiane**, **mleko** 2%**)****Chleb mieszany pszenno-żytni** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże)**Chleb żytni razowy** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia,** woda, sól, drożdże**)****Masło:** (składniki:śmietanka z **mleka)****Ser żółty:** (składniki: **mleko** odtłuszczone, sól, chlorek wapnia, kultury bakterii kwasu mlekowego, podpuszczka mikrobiologiczna, barwnik :karoteny**)****Alergeny:1,7** | **Krem jarzynowy z pieczonych warzyw gotowany na bulionie warzywnym, 200ml**(składniki: woda,marchewka, pietruszka, por, przyprawy, kalafior, brokuły , ziemniaki, groszek zielony)**Alergeny:brak** | **Spaghetti bolognese z drobnym malaronem, sałatka szwedzka z ogórków kwaszonych z oliwą 110/50g**(**składniki:** makaron zaw.100% durum, mięso wieprzowe, cebula, marchewka, ogórek kwaszony, cebula, olej,koncentrat pomidorowy 30%, mąka **pszenna)****Makaron 100% durum** (**składniki:** semolina - mąka z **pszenicy** durum, woda)**Alergeny:1** | **Jabłko 50g****Alergeny:brak** |
| **Wtorek** **27.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:657,2 b: 14,1 g, t: 11,3 g, w: 84,2 g** | **Chleb mieszany pszenno- żytni oraz razowy z masłem, warzywami sezonowymi, Jajecznica ze szczypiorkiem, Herbata owocowa 25/4/15/200ml**(składniki:pieczywo **pszenne** i **żytnie**, **masło** extra,**jajko**, **masło** extra, szczypior, herbata, owocowa, cukier **)****Chleb mieszany pszenno-żytni** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże), ziarna, dyni, sezamu, słonecznika **Chleb żytni razowy** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia**, woda, sól, drożdże, ziarna, dyni, sezamu, słonecznika**)****Masło:**(składniki:śmietanka z **mleka)****Alergeny:1,3,7**  | **Zupa z zielonej fasolki z ziemniakami, gotowana na bulionie warzywnym 180ml****(**składniki:woda, fasolka zielona,:marchewka, pietruszka,por, ziemniaki,lubczyk) **Alergeny: brak** | **Kurczak w sosie słodko-kwaśnym, ryż na sypko, surówka wiosenna 30/75/50**(składniki: mięso drobiowe bez skóry, ryż,groszek, marchewka, cebula, kukurydza, brokuł, papryka św, koncentrat pomidorowy 30%, przyprawy, kapusta pekińska,jabłka, **rodzynki**)**Alergeny:12** | **Biszkopty 10g**(składniki: mąka **pszenna** woda, sól cukier, soda Produkt może zawierać **orzeszki arachidowe, soję, mleko** **Alergeny: 1,5,6,7**  |
| **Środa** **28.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:624,1 b: 10,1 g, t: 10,3 g, w: 86,2 g** | **Pieczywo mieszane pszenno-żytnie z masłem, pastą mięsną drobiową - wyrób własny, ogórkiem kwaszonym oraz szczypiorem, Herbata miętowa 25/10/200ml**(składniki:pieczywo **pszenne** i **żytnie**, **masło** extra, mięso drobiowe, warzywa,herbata miętowa**)****Chleb mieszany pszenno-żytni** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże)**Chleb żytni razowy** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia**, woda, sól, drożdże**)****Masło:(**składniki: **śmietanka z mleka)****Pasta drobiowa-wyrób własny** (składniki: mięso drobiowe, bułka **pszenna, jajka,** cebula, przyprawy**)****Warzywa:** ogórek kwaszony, szczypiorek**Alergeny:1,3,7** | **Zupa grochowa z ziemniakami gotowana na wywarze mięsnym 150ml**(składniki: woda, groch łuskany, marchewka, pietruszka, por, przyprawy, ziemniaki, mięso drobiowe bez skóry)**Alergeny: brak** | **Kopytka Leniwe na słodko z masłem, bułką tartą, surówka deserowa z jabłkiem 95/50g**(składniki:mąka **pszenna**, **jajko**,**twaróg** chudy, **masło**, bułka tarta-**pszenna**, woda, sól, marchewka,jabłko,olej)**Alergeny:1,3,7** | **Jogurt naturalny 150ml****(składniki:mleko, żywe kultury bakterii jogurtowych)** **Alergeny:7** |
| **Czwartek** **29.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:618,2 b: 9,3 g, t: 10,1 g, w: 68,1 g** | **Bułka z masłem dżemem niskosłodzonym , Kasza manna na mleku 25/4/180ml**(składniki:pieczywo **pszenne** i **żytnie**, **masło** extra,dżem niskosłodzony, **mleko** 2% tłuszczu, kasza manna)**Bułka pszenna** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże)**Bułka żytnia** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia**, woda, sól, drożdże**)****Masło:(**składniki:śmietanka z **mleka)****Dżem niskosłodzony:**(składniki: woda, cukier, owoce, pektyny, kwas cytrynowy i cytryniany sodu, aromaty)**Alergeny:1,6,7** | **Zupa ogórkowa z ziemniakami, gotowana na wywarze warzywnym 200ml**(składniki:ogórki kwaszone, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, lubczyk, przyprawy)**Alergeny: brak**  | **Pieczeń rzymska w sosie własnym, kasza jęczmienna, sałatka z buraczków 35/20/80/50g**(składniki: mięso wieprzowe, **jajka**, bułka tarta- **pszenna**, buraki,cebula, kasza **jęczmienna**, przyprawy, olej rzepakowy)**Alergeny:1,3** | **Jabłko 40g****Alergeny:brak**  |
| **Piątek** **30.04.2021****Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:** **kcal:621,3 b: 15,1 g, t: 9,2 g, w: 79,3 g** | **Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem, polędwicą z piersi indyka 96%, pomidor, Płatki kukurydziane na mleku 25/10/180g****(**składniki: pieczywo **pszenne** i **żytnie**, **masło,** polędwica z indyka, pomidor, płatki kukurydziane, **mleko** 2%**)****Chleb mieszany pszenno-żytni** (składniki: kwas naturalny **żytni**, mąka **pszenna**, mąka **żytnia**,woda, sól, drożdże)**Chleb żytni razowy** (składniki:kwas naturalny **żytni**,mąka **żytnia** razowa, maka **żytnia**, woda, sól, drożdże**)****Masło:(**składniki: śmietanka z **mleka)****Płatki kukurydziane:** (składniki:94% łamane ziarno kukurydzy, cukier, sól, może zawierać zboża zawierające **gluten (pszenica) w tym orkisz, żyto, jęczmień, owies, orzeszki ziemne, inne orzechy, soje, mleko oraz nasiona sezamu.****Polędwica drobiowa 96% mięsa: (składniki:** filet z piersi indyka 96%, sól, glukoza, ekstrakty przypraw, olej rzepakowy **Alergeny:1,5,6,7,8,11** | **Zupa krupnik jarzynowy z drobną kaszą perłową z ziemniakami, gotowany na wywarze mięsnym 180ml** (składniki:woda, kasza **jęczmienna**, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy, mięso z kurczaka bez skóry)**Alergeny:1**  | **Kotlet rybny , puree ziemniaczane z koperkiem , surówka meksykańska z kukurydzą 40//75/50g**(składniki: tilapia **bez skóry**, **jajka**, mąka **pszenna**, marchewka,bułka tarta-**pszenna**, ziemniaki ,kapusta biała, kukurydza, papryka,cebula, olej rzepakowy, przyprawy)**(mąka:** typ 450-tortowa**)****bułka tarta:** (składniki: mąka **pszenna**,sól, drożdże)**Alergeny:1,3,4** | **Ciasto marchewkowe 25g-wyrób własny**(składniki:mąka **pszenna,** **jajka,** proszek do pieczenia,marchew, olej rzepakowy, cukier)**Alergeny:1,3** |

**Legenda:**

**1. Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 6. Soja i produkty pochodne 7.Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) 8.Orzechy 9.Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne 14. Mięczaki i produkty pochodne.**