

**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, aromaty  naturalne)  **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, aromaty  naturalne)  **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.**