

Menu przedszkolne lipiec 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
<p>Czwartek 1.07.2021</p> <p>Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1021,1 b: 23,7 g, t: 36,8 g, w: 138,1 g</p>	<p>Bulka z masłem dżemem niskosłodzonym 50/15g, kakao na mleku 220ml</p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra,dżem niskosłodzony, <u>mleko</u> 2% tłuszczu, kakao)</p> <p>Bulka pszenna (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże)</p> <p>Bulka żytnia (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże)</p> <p>Masło:(składniki: śmietanka z <u>mleka</u>)</p> <p>Dżem niskosłodzony:(składniki: woda, cukier, owoce, pektyny, kwas cytrynowy i cytryniany sodu, aromaty) kakao naturalne delico</p> <p>Alergeny:1,6,7</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami gotowany na bulionie warzywnym 250ml</p> <p>(składniki: woda,buraki marchewka, pietruszka, por, przyprawy, ziemniaki)</p> <p>Alergeny:brak</p>	<p>Kluski śląskie z marchewką ' z ananase 155/50/85g</p> <p>(składniki:mąka ziemniaczana, ziemniaki marchew,ananas)</p> <p>Alergeny:brak</p>	<p>arbuz 100g</p> <p>Alergeny:brak</p>
<p>Piątek 2.07.2021</p>	<p>Dzieci same komponują kanapki: Pieczywo mieszane z masłem, pastą warzywną z brokuła kalafiora i soczewicy , warzywami sezonowymi 75g,</p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, polędwica drobiowa, warzywa, płatki</p>	<p>Ryżowa zupa jarzynowa 250ml</p> <p>(składniki: ryż, dynia, ,marchewka, pietruszka, por,)</p> <p>Alergeny: ,9</p>	<p>Kotlecik rybny w sosie porowym 85 gr, ziemniaki 90gr , surówka z kiszonej kapusty 50 gr</p>	<p>Ciasto marchewkowe 50g-wyrób własny (składniki:mąka <u>pszenna</u>, <u>jajka</u>, marchew, olej rzepakowy, cukier)</p> <p>Alergeny:1,3</p>

<p>Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1003,5 b: 47,7 g, t: 29,8 g, w: 139,9 g</p>	<p>owsiane, mleko 2%)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (składniki: kwas naturalny żytni, mąka pszenna, mąka żytnia, woda, sól, drożdże)</p> <p>Chleb żytni razowy (składniki: kwas naturalny żytni, mąka żytnia razowa, mąka żytnia, woda, sól, drożdże)</p> <p>Masło:(składniki: śmietanka z mleka)</p> <p>Pasta warzywan : (składniki: brokuł, kalafior, ziemniaki, sól, glukoza, ekstrakty przypraw, olej rzepakowy)</p> <p>Alergeny:1,3,7</p>			
<p>Poniedziałek 5.07.2021</p> <p>Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:979,8 b: 27,7 g, t: 44,1 g, w: 127,3 g</p>	<p>Pieczyczo mieszane z masłem, pasztetem wieprzowym-wyrób własny, warzywami sezonowymi 75g, Płatki kukurydziane na mleku 230ml</p> <p>(składniki: pieczywo pszenne i żytnie, masło extra, mięso wieprzowe, warzywa, płatki kukurydziane, mleko 2%)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (składniki: kwas naturalny żytni, mąka pszenna, mąka żytnia, woda, sól, drożdże)</p> <p>Chleb żytni razowy (składniki: kwas naturalny żytni, mąka żytnia razowa, mąka żytnia, woda, sól, drożdże)</p> <p>Masło:(składniki: śmietanka z mleka)</p> <p>Pasztet wieprzowy-wyrób własny (składniki: mięso wieprzowe, bułka pszenna, jajka, przyprawy)</p> <p>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:1,3,7</p>	<p>Krupnik zabielały 250ml</p> <p>(składniki:woda, kalafior, marchewka, pietruszka, por, przyprawy, ziemniaki, lubczyk)</p> <p>Alergeny: brak</p>	<p>Kurczak duszony w śmietanie i cebuli, ryż, duszona marchewka z groszkiem 165/70g</p> <p>(składniki: ryż, cebula, śmietana 18% pomidory, koncentrat 30%,przyprawy)</p> <p>Alergeny:brak</p>	<p>Jablko 100g</p> <p>Alergeny:brak</p>

<p>Wtorek</p> <p>6.07.2021</p> <p>Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1006,4 b: 47,7 g, t: 31,3 g, w: 124,3 g</p>	<p>Chleb pszenny i żytni z masłem, jajkiem gotowanym ze szczypiorkiem i pomidorem 75g, (składniki:pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, <u>jajka</u>, warzywa, ryż, herbata ziołowa)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże)</p> <p>Chleb żytni razowy (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże)</p> <p>Masło:(składniki: śmietanka z <u>mleka</u>)</p> <p>Alergeny:1,3,7</p>	<p>Pomidorowa z makaronem gotowany na wywarze warzywnym 250ml (składniki: makaron zaw.100% <u>durum</u>, marchewka, <u>pietruszka</u>, por.)</p> <p>Alergeny: 1</p>	<p>Pulpecik pieczony w piecu serwowany z sosem pomidorowym, puree ziemniaczane 85/50/120g (składniki:mięso wieprzowe, <u>ziemniaki</u> , <u>jajka</u>, kapusta, przyprawy, cebula, ziemniaki, koncentrat pomidorowy 30%)</p> <p>Alergeny:1,3</p>	<p>Wafle ryżowe przekładane dżemem 10g (składniki: ryż, dżem niskosłodzony)</p> <p>Alergeny: brak</p>
<p>Środa</p> <p>7.07.2021</p> <p>Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1102,3 b: 47,7 g, t: 44,1 g, w: 141,2 g</p>	<p>Chleb pszenny i żytni oraz razowy z masłem, pastą twarogowo-tuńczykową, płatkami owsianymi na mleku 200ml (składniki: pieczywo <u>pszenne</u>, <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, <u>twaróg</u>, <u>mleko 2%</u> chudy, tuńczyk, szczypiorek, herbata, cytryna)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże)</p> <p>Chleb żytni razowy (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże)</p> <p>Masło:(składniki: śmietanka z <u>mleka</u>) płatki owsiane- łamane ziarno owsa</p> <p>Twaróg chudy:(składniki: <u>mleko</u>, kultury bakteryjne)</p> <p>Alergeny:1,4,7,cytrusy</p>	<p>Krem z dyni serwowany z grzankami gotowany na wywarze warzywnym 250ml (składniki: woda marchewka, dynia, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy, pieczywo <u>pszenne</u>, koncentrat pomidorowy 30%)</p> <p>Alergeny:1,</p>	<p>Pieczona palka z kurczaka, ziemniaki, 80g, puree ziemniaczane 120g, coleslaw 85g (składniki: kurczak , przyprawy, cytryna,mąka <u>pszenna</u>, ziemniaki, marchew, kapusta <u>masło</u> extra, przyprawy)</p> <p>(mąka: typ 450-tortowa)</p> <p>Alergeny:1,7 cytrusy</p>	<p>Budyń waniliowy 180g (składniki:<u>mleko</u> 2%,żółtko <u>jaja</u>, cukier, mąka ziemniaczana,wanilia)</p> <p>Alergeny: 1,3,7</p>
<p>Czwartek</p> <p>8.07.2021</p>	<p>Chleb pszenno-żytni oraz razowy z masłem, ogórkiem kwaszonym oraz twarogiem szczypiorem 50g/5/15. Parówka z szynki 93% 50g, (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u>, warzywa, parówka z szynki)</p>	<p>Zupa kalafiorowa gotowana na wywarze drobiowym 250ml (składniki:woda, brokuł, kalafior, marchewka, pietruszka, por, przyprawy, lubczyk)</p> <p>Alergeny: brak</p>	<p>Cepeliny z farszem mięsny i karmelizowaną cebulą,100 gr surówka z czerwonej i białej kapusty85g, (składniki:mięso wieprzowe mąka <u>pszenna</u>, ziemniaki,, ,kapusta biała i czerwona , przyprawy</p>	<p>Arbuz</p> <p>alergeny brak</p>

<p>Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kal:931,2 b: 27,7 g, t: 29,8 g, w: 118,2 g</p>	<p>chleb pszenny (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże)</p> <p>chleb żytni (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże)</p> <p>Parówki z szynki: (składniki: mięso wieprzowe z szynki 93%,woda, sól, przyprawy, aromaty naturalne)</p> <p>Masło: (składniki: śmietanka z <u>mleka</u>) twaróg, (składnikimleko, serwatka, sól)</p> <p>Warzywa: szczypior, ogórek kwaszony</p> <p>Alergeny:1,7</p>		<p>(mąka:typ 450-tortowa)</p> <p>Alergeny:1,7</p>	
<p>Piątek 9.07.2021</p> <p>Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kal:1066,9 b: 49,9 g, t: 30,2 g, w: 148,9 g</p>	<p>Dzieci same komponują kanapki: Pieczywo mieszane z masłem, polędwicą drobiową 97% mięsa, warzywami sezonowymi 75g, (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, polędwica drobiowa, warzywa, <u>kasza</u> manna, mleko 2%)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże)</p> <p>Chleb żytni razowy (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże)</p> <p>Masło:(składniki: śmietanka z <u>mleka</u>)</p> <p>Polędwica drobiowa 97% mięsa: (składniki: filet z piersi kurczaka 97%, sól, glukoza, ekstrakty przypraw, olej rzepakowy)</p> <p>Alergeny:1,7</p>	<p>Zupa z soczewicy 250ml (składniki: soczewica woda marchewka, pietruszka, koncentrat pomidorowy 30%, przyprawy,)</p> <p>Alergeny:brak</p>	<p>Ryba panierowana, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty (składniki: (ryba morszczuk 90 gr ziemniaki80 gr , surówka z kapusty kiszonej 50 gr bułka tarta)</p> <p>alergeny: 1,4</p>	<p>Kolorowe kryształki galaretki z owocami 150g (składniki: cukier, pektyna,kwas cytrynowy, aromat, ekstrakt z czarnej marchwi i hibiskusa, karoteny,owoce mrożone)</p> <p>Alergeny:brak</p>
<p>Poniedziałek 12.07.2021</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem, serem żółtym, warzywami, Platki owsiane na mleku 50/30/210ml (składniki:pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>,<u>masło</u>, <u>ser</u></p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami, gotowana na wywarze warzywnym 250ml (składniki:brokuły , marchewka, pietruszka, por, <u>seler</u>, ziemniaki, lubczyk, przyprawy)</p>	<p>Makaron bolognese, salatka szwedzka z ogórków kwaszonych z oliwą 165/90g (składniki: makaron zaw.100% durum, mięso wieprzowe, cebula, marchewka, ogórek kwaszony, cebula, olej,koncentrat</p>	<p>Jabłko 100g Alergeny:brak</p>

<p>Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1002,4 b: 37,2 g, t: 29,8 g, w: 128,6 g</p>	<p>żółty, warzywa, płatki <u>owsiane</u>, <u>mleko</u> 2%)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże)</p> <p>Chleb żytni razowy (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże)</p> <p>Masło: (składniki: śmietanka z <u>mleka</u>)</p> <p>Ser żółty: (składniki: <u>mleko</u> odtłuszczone, sól, chlorek wapnia, kultury bakterii kwasu mlekowego, podpuszczka mikrobiologiczna, barwnik :karoteny)</p> <p>Alergeny:1,7</p>	<p>Alergeny: 9</p>	<p>pomidorowy 30%, mąka <u>pszenna z pszenicy</u>)</p> <p>Makaron 100% durum (składniki: semolina - mąka z <u>pszenicy</u> durum, woda, może zawierać śladowe ilości <u>jajka</u>)</p> <p>Surówka: (składniki: ogórek kwaszony, cebula, olej rzepakowy)</p> <p>Alergeny:1,3</p>	
<p>Wtorek 13.07.2021</p> <p>Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:997,6 b: 37,7 g, t: 34,8 g, w: 124,8 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno- żytni oraz razowy z masłem, warzywami sezonowymi, Jajecznicza ze szczypiorkiem 50/25/200,</p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, <u>jajko</u>, <u>masło</u> extra, szczypiorek, herbata, owocowa, cukier)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże), ziarna, dyni, sezamu, słonecznika</p> <p>Chleb żytni razowy (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże, ziarna, dyni, sezamu, słonecznika)</p> <p>Masło:(składniki: śmietanka z <u>mleka</u>)</p> <p>Alergeny:1,3,7</p>	<p>Barszcz ukraiński z drobną fasolką250ml</p> <p>(składniki:woda, buraki, :marchewka, pietruszka,por,<u>fasola</u> ziemniaki,lubczyk)</p> <p>Alergeny: brak</p>	<p>Kotlecik z ciecierzycy i brokula z siemieniem lnianym i czarnuszką, sos pieczarkowy, ziemniaki, surówka z marchewki z jabłkiem 100/100/60</p> <p>(składniki: cieciorka , ziemniaki, ,groszek, marchewka, jabłko, czarnoszka siemię lniane)</p> <p>Alergeny:brak</p>	<p>Biszkopty 15g</p> <p>(składniki: mąka <u>pszenna</u> woda, sól cukier, soda Produkt może zawierać <u>orzeszki arachidowe, soje, mleko</u>)</p> <p>Alergeny: 1,5,6,7</p>
<p>Środa 14.07.2021</p> <p>Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku:</p>	<p>Pieczyno mieszane pszenno-żytnie z masłem, pastą mięsną drobiową - wyrób własny, ogórkiem kwaszonym oraz szczypiorem 70/35/10g,</p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, mięso drobiowe, warzywa,herbata miętowa) kasza kukurydziana 100%</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>,</p>	<p>Zupa ogórkowa 250ml</p> <p>(składniki: <u>ogórki kwaszone</u>, marchewka, <u>seler</u>, pietruszka, por, , lubczyk, przyprawy)</p> <p>Alergeny:brak</p>	<p>Eskalopka drobiowa panierowana, ziemniaki, surówka z kapusty z marchewką 85/50/120/85g</p> <p>(składniki: mięso drobiowe <u>jajka</u>, bułka tarta- <u>pszenna</u>, burak przyprawy, olej rzepakowy)</p> <p>Alergeny:1,3</p>	<p>Jogurt owocowy 180ml</p> <p>(składniki:<u>mleko</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych owoce)</p> <p>Alergeny:7</p>

<p>kcal:1014,8 b: 44,6 g, t: 28,8 g, w: 136,7 g</p>	<p>woda, sól, drożdże) Chleb żytni razowy (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże) Masło:(składniki: śmietanka z <u>mleka</u>) Pasta drobiowa-wyrób własny (składniki: mięso drobiowe, bułka <u>pszenna</u>, <u>jajka</u>, cebula, przyprawy) Warzywa: ogórek kwaszony, szczypiorek Alergeny:1,3,7</p>			
<p>Czwartek 15.07.2021 Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:988,6 b: 24,3 g, t: 30,8 g, w: 114,8 g</p>	<p>Chleb z masłem dżemem niskosłodzonym 50/15g, płatki owsiane na mleku 50/2320 (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra,dżem niskosłodzony, <u>mleko</u> 2% tłuszczu, płatki owsiane) chleb pszenna (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże) chleb żytnia (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże) Masło:(składniki: śmietanka z <u>mleka</u>) Dżem niskosłodzony:(składniki: woda, cukier, owoce, pektyny, kwas cytrynowy i cytryniany sodu, aromaty) płatki – oczyszczone ziarno owsa łamane Alergeny:1,6,7</p>	<p>Zupa porowa z ziemniakami gotowany na bulionie warzywnym 250ml (składniki: woda,por, marchewka, pietruszka, por, przyprawy, ziemniaki) Alergeny:brak</p>	<p>Medalion rybny w sosie koperkowym, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty 155/85g (składniki:mąka <u>pszenna</u>, <u>jajko</u>, <u>ryba miruna</u> bułka tarta-<u>pszenna</u>, woda, sól, marchewka,jabłko,olej) Alergeny:1,3, 4</p>	<p>jabłko 100g Alergeny:brak</p>
<p>Piątek</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z</p>	<p>Letnia zupa warzywna z zielonym groszkiem</p>	<p>Naleśniki z dżemem, surówka z</p>	<p>Ciasto marchewkowe 50g-wyrób</p>

<p>16.07.2021</p> <p>Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1001,9 b: 25,7 g, t: 29,8 g, w: 129,7 g</p>	<p>masłem, polędwicą z piersi indyka 96%, pomidor, (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, mąka 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:1,5,6,7,8,11</p>	<p>gotowany na wywarze warzywnym 250ml (składniki: woda, groszek, brokuł, kalafior, , marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy), Alergeny:1,</p>	<p>marchewki z rodzynkami i wiórkami kokosowymi (składniki: mąka pszenna, dżem własnego wyrobu (miazga owocowa, soki, pektyny) wiórki kokosowe, rodzynki,) (mąka: typ 450-tortowa) Alergeny:1</p>	<p>własny (składniki:mąka pszenna, jajka, marchew, olej rzepakowy, cukier) Alergeny:1,3</p>
<p>poniedziałek</p> <p>19.07.2021</p> <p>Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1003,15 b: 43,7 g, t: 31,8 g, w: 148,2 g</p>	<p>Pieczywo mieszane z masłem 55g,twarożkiem waniliowym z dodatkiem rodzynek 40g, Herbata z owoców leśnych 200ml (składniki: pieczywo pszenne, żytnie, masło extra, twaróg półtłusty,cukier waniliowy, jogurt naturalny, rodzyнки, 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, mąka żytnia, woda, sól, drożdże) Masło (składniki:śmietanka z mleka) Twaróg półtłusty (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</p>	<p>Zupa węgierska z ziemniakami, gotowana na wywarze warzywnym 250ml (składniki: woda, papryka, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki) Alergeny: brak</p>	<p>Potrąwka drobiowa, ryż, surówka z białej kapusty z koperkiem 90/100/ 85g (składniki: mięso wieprzowe, koncentrat pomidorowy 30%, przyprawy, marchewka, pietruszka, seler, mąka pszenna, kasza gryczana, buraki, jabłka, olej,przyprawy) (mąka typ 450-tortowa) Alergeny:1,9</p>	<p>Chrupki kukurydziane 40g (składniki: kasza kukurydziana. Produkt może zawierać orzeszki arachidowe, soję, mleko) Alergeny: 5,6,7</p>
<p>Wtorek</p> <p>20.07.2021</p> <p>Informacja żywieniowa dla</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie z masłem dżemem niskosłodzonym 50/20g, Płatki kukurydziane na mleku 220ml (składniki: pieczywo pszenne i żytnie, masło extra,dżem niskosłodzony, mleko 2% tłuszczu, płatki kukurydziane) Chleb mieszany pszenno-żytni (składniki: kwas</p>	<p>Zupa pomidorowa, z makronem gotowana na wywarze drobiowym 250ml (składniki:woda, koncentrat pomidorowy, pomidory, makaron pszenny pietruszka, por, , przyprawy, lubczyk) Alergeny: 1</p>	<p>Kotlecik mielony, ziemniaki, buraczki, 110/95/80g (składniki: m mięso wieprzowe, jajaka, bułka, buraczki, jabłko, przyprawy) Alergeny:1,3</p>	<p>Banan 70g Alergeny:brak</p>

<p>1 porcji posiłku: kcal:1006,4 b: 47,7 g, t: 31,3 g, w: 124,3 g</p>	<p>naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże)</p> <p>Chleb żytni razowy (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże)</p> <p>Masło:(składniki: śmietanka z <u>mleka</u>)</p> <p>Dżem niskosłodzony:(składniki: woda, cukier,owoce, pektyny, substancja zagęszczająca, kwas cytrynowy i cytryniany sodu, aromaty)</p> <p>Płatki kukurydziane: (składniki:94% łamane ziarno kukurydzy, cukier, sól, może zawierać zboża zawierające <u>gluten (pszenica)</u> w tym <u>orkisz, żyto, jęczmień, owies, orzeszki ziemne, inne orzechy, soje, mleko oraz nasiona sezamu.</u></p> <p>Alergeny:1,5,6,7,8,11</p>			
<p>Środa</p> <p>21.07.2021</p> <p>Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1102,3 b: 47,7 g, t: 44,1 g, w: 141,2 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno- żytni oraz razowy z masłem, pastą jajeczną ze szczypiorkiem 50/35/5/200,Herbata z cytryną</p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, <u>jajko</u>, <u>masło</u> extra, szczypior, herbata, cytryna, cukier)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże), ziarna, dyni, sezamu, słonecznika</p> <p>Chleb żytni razowy (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże, ziarna, dyni, sezamu, słonecznika)</p> <p>Masło:(składniki: śmietanka z <u>mleka</u>)</p> <p>Warzywa:szczypior</p> <p>Alergeny:1,3,7,cytrusy</p>	<p>Krem z marchewki z groszkiem ptysiowym 250ml</p> <p>(składniki: woda marchewka, pietruszka, por, (składniki: semolina-mąka z <u>pszenicy</u> razowa, woda przyprawy,)</p> <p>Alergeny:1,3,9</p>	<p>Łazanki z mięsem mielonym i modrą kapustą 120gr</p> <p>(składniki::mięso drobiowe bez skóry, <u>jajka</u>, bułka tarta- <u>pszenna</u>, przyprawy, olej rzepakowy)</p> <p>Alergeny:1,3</p>	<p>Budyń waniliowy 180g</p> <p>(składniki:<u>mleko</u> 2%,żółtko <u>jaja</u>, cukier, mąka ziemniaczana,wanilia)</p> <p>Alergeny: 1,3,7</p>
	<p>Bulka pszenna oraz żytnia z masłem, ogórkiem kwaszonym oraz szczypiorem 50g/5/15.</p>	<p>Ogórkowa gotowany na bulionie warzywnym 250ml</p>	<p>Ryba w złocistej panierce, puree ziemniaczane, surówka coleslaw</p>	<p>Wafle ryżowe z dżemem 15g (składniki: ryż preparowany. Produkt</p>

<p>Czwartek 22.07.2021</p> <p>Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:931,2 b: 27,7 g, t: 29,8 g, w: 118,2 g</p>	<p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u>, warzywa, Bulka pszenna (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże) Bulka żytnia (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże) Masło: (składniki: śmietanka z mleka) Warzywa: szczypiorek, ogórek kwaszony Alergeny:1,7</p>	<p>(składniki: woda,ogórki kwaszone, marchewka, pietruszka, por, przyprawy, ziemniaki)</p> <p>Alergeny:brak</p>	<p>80/120/85g (składniki: <u>tilapia bez skóry</u>, marchew, kapusta, <u>jajka</u>, mąka <u>pszenna</u>, bułka tarta <u>pszenna</u>, ziemniaki, przyprawy) Alergeny:1,3,4</p>	<p>może zawierać <u>orzeszki arachidowe</u>, <u>soję</u> Alergeny: 5,6,8</p>
<p>Piątek 23.07.2021</p> <p>Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1066,9 b: 49,9 g, t: 30,2 g, w: 148,9 g</p>	<p>Dzieci same komponują kanapki: Pieczywo mieszane z masłem, polędwicą drobiową 96% mięsa, warzywami sezonowymi 75g, Płatki owsiane na mleku 220ml (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, szynka drobiowa, warzywa,płatki owsiane, mleko 2%) Chleb mieszany pszenno-żytni (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże) Chleb żytni razowy (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, mąka <u>żytnia</u>, 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</p>	<p>Zupa z zielonej fasolki 250ml (składniki: woda, kasza <u>jęczmienna</u>, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy,) Alergeny: 1</p>	<p>Placki ziemniaczane, surówka z marchewki i jabłka 150/50/95g (składniki: <u>jajka</u>, mąka <u>pszenna</u>, bułka <u>pszenna</u>, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy, marchew, jabłko,,cebula,) mąka: typ 450-tortowa bułka tarta: (składniki: mąka <u>pszenna</u>, sól) Alergeny:1,3,7,12</p>	<p>Kisiel owocowy na mące ziemniaczanej 200ml (składniki: mieszanka owocowa,mąka ziemniaczana Alergeny:brak</p>
<p>Poniedziałek 26.07.2021</p> <p>Informacja</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem, serem żółtym, warzywami, Kasza manna na mleku 35/25/210ml (składniki:pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>,<u>masło</u>, <u>ser</u> żółty, warzywa, <u>kasza</u> manna, mleko 2%)</p>	<p>Zupa z kaszą jaglaną i warzywami 250ml (składniki kasza jagłana, marchewka, pietruszka, por, <u>seler</u>, ziemniaki, lubczyk, przyprawy) Alergeny: 9</p>	<p>Kurczak w stylu orientalnym, ryż z siemieniem lnianym, surówka z kapusty na słodko 90/ 100/ 95g (składniki: ryż,, mięso z indyka bez skóry, por, marchew, brokuł, kalafior, kukurydza, przyprawy, mąka ziemniaczana siemię lniane,)</p>	<p>Jabłko 100g Alergeny: brak</p>

<p>żywnościowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1002,4 b: 37,2 g, t: 29,8 g, w: 128,6 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże)</p> <p>Chleb żytni razowy (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże)</p> <p>Masło: (składniki: śmietanka z <u>mleka</u>)</p> <p>Ser żółty: (składniki: <u>mleko</u> odtłuszczone, sól, chlorek wapnia, kultury bakterii kwasu mlekowego, podpuszczka mikrobiologiczna, barwnik :karoteny)</p> <p>Alergeny:1,7</p>		<p>Alergeny:1</p>	
<p>Wtorek 27.07.2021 Informacja żywnościowa dla 1 porcji posiłku: kcal:997,6 b: 37,7 g, t: 34,8 g, w: 124,8 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno- żytni oraz razowy z masłem, warzywami sezonowymi, Jajecznica ze szczypiorkiem 50/25/200, Herbata owocowa</p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, <u>jałko</u>, <u>masło</u> extra, szczypior, herbata, owocowa, cukier)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>pszenna</u>, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże), ziarna, dyni, sezamu, słonecznika</p> <p>Chleb żytni razowy (składniki: kwas naturalny <u>żytni</u>, mąka <u>żytnia</u> razowa, mąka <u>żytnia</u>, woda, sól, drożdże, ziarna, dyni, sezamu, słonecznika)</p> <p>Masło:(składniki: śmietanka z <u>mleka</u>)</p> <p>Alergeny:1,3,7</p>	<p>Zupa botwinkowa 250ml</p> <p>(składniki: woda, botwina, buraki, ziemniaki, , marchew, lubczyk)</p> <p>Alergeny: brak</p>	<p>Bitka drobiowa z sosem cebulowym, kasza gryczana, buraczki zasmażane 90/g</p> <p>(składniki: mięso drobiowe bez skóry, cebula, przyprawy, ziemniaki, buraki,)</p> <p>Alergeny: brak</p>	<p>Maślanka owocowa 180ml</p> <p>(składniki:<u>mleko</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych,cynamon)</p> <p>Alergeny:7</p>
<p>Środa</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem, pastą szynkową z indyka 93%, ogórek kwaszony, szczypior 70/30/15g,</p>	<p>Krem z brokuła z ziołowymi grzankami 250gr</p> <p>brokuł marchewka, pietruszka, por, przyprawy,</p>	<p>Pęczotto z warzywami po indyjsku sałatka z buraczków z dodatkiem jabłka 120/ 90g</p>	<p>Chrupki kukurydziane 40g</p> <p>(składniki: kasza kukurydziana. Produkt</p>

<p>28.07.2021</p> <p>Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:1014,8 b: 44,6 g, t: 28,8 g, w: 136,7 g</p>	<p>(składniki: pieczywo pszenne i żytnie, masło, mleko 2% tłuszczu, kawa inka, szynka z indyka, warzywa, mleko 2%)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (składniki: kwas naturalny żytni, mąka pszenna, mąka żytnia, woda, sól, drożdże)</p> <p>Chleb żytni razowy (składniki: kwas naturalny żytni, mąka żytnia razowa, mąka żytnia, woda, sól, drożdże)</p> <p>Masło:(składniki: śmietanka z mleka)</p> <p>Półędwica z indyka 93% mięsa: (składniki: indyk 93%, sól, glukoza, ekstrakty przypraw, olej rzepakowy)</p> <p>Warzywa: ogórek kwaszony,szczypior</p> <p>Alergeny:1,7</p>	<p>ziemniaki, lubczyk grznaki z pieczywa pszennego)</p> <p>Alergeny: 1</p>	<p>(składniki: kasza pęczak koncentrat pomidorowy 30%,marchewka, pr, buraki, , przyprawy, buraki, jabłka, olej przyprawy)</p> <p>Alergeny:1</p>	<p>może zawierać orzeszki arachidowe, soje, mleko (łącznie z laktozą)</p> <p>Alergeny: 5,6,7</p>
<p>Czwartek</p> <p>29.07.2021</p> <p>Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku: kcal:988,6 b: 24,3 g, t: 30,8 g, w: 114,8 g</p>	<p>Chleb z masłem dżemem niskosłodzonym 50/15g, kakao na mleku 220ml</p> <p>(składniki: pieczywo pszenne i żytnie, masło extra,dżem niskosłodzony, mleko 2% tłuszczu, kakao)</p> <p>Bulka pszenna (składniki: kwas naturalny żytni, mąka pszenna, mąka żytnia, woda, sól, drożdże)</p> <p>Bulka żytnia (składniki: kwas naturalny żytni, mąka żytnia razowa, mąka żytnia, woda, sól, drożdże)</p> <p>Masło:(składniki: śmietanka z mleka)</p> <p>Dżem niskosłodzony:(składniki: woda, cukier, owoce, pektyny, kwas cytrynowy i cytryniany sodu, aromaty) kakao naturalne delico</p> <p>Alergeny:1,6,7</p>	<p>Zupa z zielonych warzyw 250ml</p> <p>(składniki: brokuł, groszek, , pietruszka, por, przyprawy, ziemniaki)</p> <p>Alergeny:brak</p>	<p>Dukacik rybny z sosem pomidorowym, ziemniaki, surówka z kiszanej kapusty 155/50/85g</p> <p>(składnikiryba miruna, :ziemnaiki, pomidory pellatii s)</p> <p>Alergeny:7</p>	<p>arbuz 100g</p> <p>Alergeny:brak</p>
<p>Piątek</p> <p>30.07.2021</p> <p>Informacja żywieniowa dla</p>	<p>Dzieci same komponują kanapki: Pieczywo mieszane z masłem, ser żółty , warzywami sezonowymi 75g, Parówka z szynki 93% 50g,</p> <p>(składniki: pieczywo pszenne i żytnie, masło</p>	<p>Rosolnik ryżowy250ml</p> <p>(składniki:ryż, , ,marchewka, pietruszka, por,)</p> <p>Alergeny: brak</p>	<p>Pierogi ruskie z okrasą z cebuli, surówka z kiszanej kapusty 100/ 60</p> <p>(składniki:, , mąka pszenna, , kapusta kwaszona,koperek)</p> <p>Alergeny:1,3,4</p>	<p>Ciasto marchewkowe 50g-wyrób własny (składniki:mąka pszenna, jajka, marchew, olej rzepakowy, cukier)</p>

<p>1 porcji posiłku: kcal:1001,9 b: 25,7 g, t: 29,8 g, w: 129,7 g</p>	<p>extra, polędwica drobiowa, warzywa, płatki owsiane, mleko 2%)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (składniki: kwas naturalny żytni, mąka pszenna, mąka żytnia, woda, sól, drożdże)</p> <p>Chleb żytni razowy (składniki: kwas naturalny żytni, mąka żytnia razowa, mąka żytnia, woda, sól, drożdże)</p> <p>Parówki z szynki: (składniki: mięso wieprzowe z szynki 93%, woda, sól, przyprawy, aromaty naturalne)</p> <p>Masło:(składniki: śmietanka z mleka) ser żółty (mleko, żywe kultyry bakterii, annatto, podpuszcka)</p> <p>Alergeny:1,3,7</p>			<p>Alergeny:1,3</p>
--	---	--	--	----------------------------

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