

MIESIĄC STYCZEŃ 2023 – MENU PRZEDSZKOLNE

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
02.1.2023 Poniedziałek Kcal:928,4 B:11,3 T:21,1 W:88,4	Chleb mieszaný pszenno-żytni oraz razowy z masłem, 30g (1,7) dżemem niskosłodzonym 5g dotatkowo:Płatki kukurydziane na mleku 180ml (1,5,6,7) (składniki: chleb <u>pszenny i żytni</u> , <u>masło</u> extra, dżem niskosłodzony, <u>mleko</u> 2% tłuszczu, płatki kukurydziane) Alergeny:1,7	Zupa ogórkowa z ziemniakami, gotowana na wywarze warzywnym, serwowana z natką pietruszki 200ml (składniki:ogórki kwaszone, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, natka pietruszki) Alergeny: brak	Pulpet wieprzowy gotowany w sosie pomidorowym 70/30g, kasza jęczmienna 90g, surówka z selera z dodatkiem marchewki na bazie jogurtu naturalnego 70g (składniki:mięso wieprzowe, <u>jajka</u> , bułka tarta, mąka <u>pszenna</u> , koncentrat pomidorowy, przyprawy, kasza <u>jęczmienna</u> , <u>seler</u> , marchew, <u>jogurt</u> naturalny) Alergeny:1,3,7,9	Owoc 70g Alergeny:brak
03.1.2023 Wtorek Kcal:1003,2 B:18,4 T:31,4 W:101,3	Chleb mieszaný pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7), pieczeniá wieprzową-wyrób własny 10g (3), ogórkiem kwaszonym 10g, szczypiorkiem 3g (składniki:pieczywo <u>pszenne i żytnie</u> , <u>masło</u> , mięso wieprzowe bez skóry, marchewka, pora, ogórek kwaszony, szczypiorek) Alergeny:1,7	Zupa pomidorowa z makaronem, gotowana na bulionie warzywnym z natką pietruszki 200ml (składniki:woda, marchew, pietruszka, por, makaron <u>pszenny</u> koncentrat pomidorowy, przyprawy) Alergeny:1	Gulasz drobiowy 85g, ryż 90g, surówka coleslaw 70g (składniki: woda,mięso z kurczaka bez skóry,marchew, kukurydza, por, cebula, ryż, kapusta, marchewka,przyprawy) Alergeny:brak	Biszkopty 20g (składniki: mąka pszenna, sól, Produkt może zawierać <u>orzeszki arachidowe, soję, mleko</u>) Alergeny: 5,6,7
04.1.2023 Środa Kcal:1015,4 B:16,4 T:39,1	Chleb mieszaný pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g, (1,7) polędwicą z indyka 96% mięsa 10g, pomidor 5g, ogórek zielony 5g dotatkowo:Płatki górskie na mleku 180g (1,7)	Krem z zielonego groszku gotowany na bulionie warzywnym, serwowany z grzankami 200ml (składniki:marchewka, pietruszka, por, groszek zielony, ziemniaki, grzanki <u>pszenne</u> , przyprawy)	Kotlet drobiowy mielony 70g, puree ziemniaczane z koperkiem 90g, sałatka z ogórka i pomidora 70g (składniki:mięso drobiowe bez skóry, <u>jajka</u> , bułka tarta- <u>pszenna</u> , mąka <u>pszenna</u> , ziemniaki,cebula, pomidor,ogórek zielony)	Mus owocowy lub z owsianką 100g (składniki:przecier z owoców, owies witamina c) Alergeny: 1

W:115,4	(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u> , <u>masło</u> , polędwica z indyka, pomidor, ogórek zielony, <u>mleko</u> 2%, oczyszczone ziarno <u>owsa</u>) Alergeny:1,7	Alergeny: 1	Alergeny:1,3	
05.1.2023 Czwartek Kcal:1112,3 B:19,2 T:39,1 W:113,8	Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g, (1,7) kremem twarogowo-szpinakowym 10g (7) (składniki: pieczywo <u>pszenne</u> , <u>masło</u> extra, <u>twaróg</u> chudy, szpinak, szynka drobiowa) Alergeny:1,7	Zupa kalafiorowa gotowany na bulionie warzywnym, serwowana z natką pietruszki 200ml (składniki:marchewka, por, kalafior, pietruszka, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy) Alergeny:brak	Kluski śląskie (150g) z sosem miesnym(45g) , surówka z ogrka kiszzonego z cebulka na słodko70g) składniki:mięso wieprzowe, mąka <u>pszenna</u> ,, ogórek kiszony, cebulka, miód przyprawy.) alergeny 1,	Ciasto 40g (składniki: mąka <u>pszenna</u> , skrobia ziemniaczana, cukier, olej, <u>jajko</u> , proszek do pieczenia.) Alergeny: 1,3
06.1.2023 Piątek	Wolne święto			
9.1.2023 Poniedziałek Kcal:1015,8 B:18,6 T:39,4 W:103,4	Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7) twarogiem waniliowym 10g, (7) dotatkowo:Kaszka manna na mleku z rodzynkami 180g (1,7,12) (składniki:pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u> , <u>masło</u> , <u>twaróg</u> półtłusty, wanilia, kasza manna, <u>mleko</u> 2%, <u>rodzynki</u>) Alergeny:1,7,12	Zupa jarzynowa z ziemniakami, gotowana na bulionie warzywnym, serwowana z natką pietruszki 200ml (składniki:marchewka, pietruszka, por, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa, ziemniaki) Alergeny: brak	Spaghetti bolognese 130g, (składniki: makaron <u>pszenny</u> , mięso wieprzowe, koncentrat pomidorowy 30%, mąka <u>pszenna</u> ,.) Alergeny:1	Owoc 70g Alergeny:brak
10.1.2023 Wtorek Kcal:962,3 B:17,2 T:29,3 W:101,5	Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7) Polędwica wieprzowa 10g, pomidor 10g (składniki:pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u> , <u>masło</u> , polędwica wieprzowa, pomidor)	Zupa barszcz z ziemniakami, natką pietruszki gotowany na bulionie warzywnym 200ml (składniki:woda, buraki, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy)	Kotlet mielony wieprzowy pieczony w piecu konwekcyjno-parowym 70g puree ziemniaczane 90g, surówka z buraczków z dodatkiem jabłka i oliwy 70g (składniki:mięso wieprzowe, <u>jajka</u> , bułka tarta- <u>pszenna</u> , mąka <u>pszenna</u> , ziemniaki, przyprawy, buraki, jabłka)	Jogurt Owocowy 60 g (składniki: <u>mleko</u> , żywe kultury bakterii jogurtowych, mieszanka owoców) Alergeny:7

	Alergeny:1,7	Alergeny:brak	Alergeny:1,3	
11.1.2023 Środa Kcal:1028,4 B:18,2 T:41,3 W:112,8	<p>Bulka z masłem 25g, (1,7) polędwicą z piersi kurczaka 96%,10g pomidor 5g, ogórek zielony 5g</p> <p>dotatkowo:Platki górskie na mleku 180g (1,7)</p> <p>(składniki: pieczywo, <u>masło</u>, polędwica z kurczaka, pomidor, ogórek zielony, <u>mleko</u> 2%, oczyszczone ziarno <u>owsa</u>)</p> <p>Alergeny:1,7</p>	<p>Rosół wołowo-drobiowy z makaronem gotowany na wywarze wołowo-drobiowym, serwowany z natką pietruszki 200ml</p> <p>(składniki:makaron <u>pszenny</u>, por, marchewka, pietruszka, natka, lubczyk, mięso drobiowe bez skóry, mięso wołowe)</p> <p>Alergeny:1</p>	<p>Kurczak w jarzynach 85g, puree ziemniaczane 90g, marchewka z groszkiem 70g</p> <p>(składniki: mięso drobiowe bez skóry, mąka <u>pszenna</u>,ziemniaki,marchew, groszek,przyprawy)</p> <p>Alergeny: 1</p>	<p>Budyń 100g</p> <p>(składniki:mleko, wanilia, mąka ziemniaczana)</p> <p>Alergeny: brak</p>
12.1.2023 Czwartek Kcal:891,3 B:11,2 T:13,4 W:90,1	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g, (1,7) Szyńka wieprzowa 10g 10g, ogórek świeży 10g</p> <p>dotatkowo:</p> <p>(składniki:pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u>, ogórek, szynka wieprzowa)</p> <p>Alergeny:1,7,11</p>	<p>Zupa kapuśniak z ziemniakami, natką pietruszki gotowana na bulionie warzywnym 200ml</p> <p>(składniki:kap kiszona, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy, natka pietruszki)</p> <p>Alergeny:brak</p>	<p>Pierogi z mięsem 170g okraszane cebulką duszoną 5g</p> <p>(składniki:woda, mięso wieprzowe bez skóry, mąka <u>pszenna</u>, ,olej,cebula, przyprawy)</p> <p>Alergeny:1</p>	<p>Owoc sezonowy 70g</p> <p>Alergeny:brak</p>
13.1.2023 Piątek Kcal:979,4 B:18,4 T:39,1 W:89,2	<p>Dzieci same komponują kanapki:</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g, (1,7) pieczenią drobiową-wyrób własny 10g, ogórkiem kwaszonym 10g,</p> <p>(składniki:pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u>, mięso drobiowe bez skóry, marchewka, pora, ogórek kwaszony,)</p> <p>Alergeny:1,7</p>	<p>Zupa kalafiorowa gotowana na bulionie warzywnym, serwowany z natką pietruszki 200ml</p> <p>(składniki:marchewka, pietruszka, por, kalafior, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy)</p> <p>Alergeny: brak</p>	<p>Dorsz czarny panierowany 70g, puree ziemniaczane 90g, surówka z kwaszonej kapusty 70g</p> <p>(składniki: dorsz czarny <u>bez skóry</u>, <u>jajka</u>, mąka <u>pszenna</u>, bułka <u>pszenna</u>, ziemniaki, kapusta kwaszona,olej rzepakowy)</p> <p>Alergeny:1,3,4</p>	<p>Ciasto 40g</p> <p>(składniki: mąka <u>pszenna</u>, marchew,olej,<u>jajko</u>,cukier)</p> <p>Alergeny: 1,3</p>
16.1.2023	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7) dżemem 10g</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami, gotowana na wywarze warzywnym, serwowana z natką pietruszki 200ml</p>	<p>Gulasz wieprzowy 110g, kasza jęczmienna 90g, surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem jabłka 70g</p>	<p>Owoc sezonowy 70g</p>

<p>Poniedziałek</p> <p>Kcal:1013,8 B:17,3 T:33,2 W:119,1</p>	<p>dodatkowo:Płatki kukurydziane na mleku 180ml (1,7)</p> <p>(składniki:pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u>, dżem, płatki kukurydziane, <u>mleko</u> 2%)</p> <p>Alergeny:1,7</p>	<p>(składniki:ogórki kwaszone, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, natka pietruszki)</p> <p>Alergeny: brak</p>	<p>(składniki: mięso wieprzowe, mąka <u>pszenna</u>, kasza <u>ieczienna</u>, kapusta czerwona, jabłka, olej, przyprawy)</p> <p>Alergeny: 1</p>	<p>Alergeny: brak</p>
<p>17.1.2023</p> <p>Wtorek</p> <p>Kcal:1015,3 B:11,5 T:30,1 W:101,4</p>	<p>Chleb pszenny i żytni z masłem 25g, (1,7) pasztetem wieprzowym 10g, i pomidorem 10g</p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u>, <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, mięso wieprzowe,ogórek, pomidor,</p> <p>Alergeny:1,7,11</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem, gotowana na bulionie warzywnym z natką pietruszki 200ml</p> <p>(składniki:woda, marchew, pietruszka, por, makaron <u>pszenny</u> koncentrat pomidorowy, przyprawy)</p> <p>Alergeny:1</p>	<p>Dukacik drobiowo-serowy pieczony w piecu konwekcyjno-parowym 70g, puree ziemniaczane 90g, marchewka na gęsto 70g</p> <p>(składniki:mięso drobiowe bez skóry, <u>jajka</u>, bułka tarta- <u>pszenna</u>, mąka <u>pszenna</u>,<u>ser</u> żółty, ziemniaki, koperek, marchew)</p> <p>Alergeny:1,3,7</p>	<p>Herbatniki maślane 15g</p> <p>(składniki:cukier,mąka <u>pszenna</u>, sól, <u>masło</u>, skrobia kukurydziana, <u>pszenica</u>, <u>mleko</u>,może zawierać <u>orzechy</u>)</p> <p>Alergeny:1,7</p>
<p>18.1.2023</p> <p>Środa</p> <p>Kcal:984,6 B:17,3 T:38,2 W:113,1</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7) szynką drobiową 92% mięsa 10g., ogórkiem 10g</p> <p>dodatkowo:Płatki górskie na mleku 180g (1,7)</p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, warzywa sezonowe, szynka drobiowa, <u>mleko</u> 2%, oczyszczone ziarno <u>owsa</u>, <u>ogórek</u>)</p> <p>Alergeny:1,7</p>	<p>Zupa z zielonej fasolki z ziemniakami, gotowana na bulionie warzywnym, serwowana z natką pietruszki 200ml</p> <p>(składniki: woda, marchewka, pietruszka, por, fasolka zielona, ziemniaki)</p> <p>Alergeny:brak</p>	<p>Gołąbek bez zawijania pieczony w piecu konwekcyjno-parowym 70g serwowany z sosem pomidorowym 30g, puree ziemniaczane 90g</p> <p>(składniki:mięso wieprzowe, ryż, <u>jajka</u>, kapusta, przyprawy, cebula, ziemniaki, koncentrat pomidorowy)</p> <p>Alergeny:3</p>	<p>Owoc sezonowy 70g</p> <p>Alergeny: brak</p>
<p>19.1.2023</p> <p>Czwartek</p> <p>Kcal:984,4 B:14,2 T:30,5 W:98,4</p>	<p>Chleb pszenny i żytni z masłem 25g,(1,7) roladą drobiową z warzywami-wyrób własny 10g, ogorek kiszony10g</p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u>, <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra,mięso drobiowe, warzywa, o kiszony)</p> <p>Alergeny:1,7</p>	<p>Zupa barszcz ukraiński z ziemniakami, natką pietruszki gotowany na bulionie warzywnym 200ml</p> <p>(składniki:woda,buraki, fasolka drobna, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy)</p> <p>Alergeny:brak</p>	<p>kopytka na słodko z sosem owocowym125g,</p> <p>(składniki:mąka <u>pszenna</u>, owoce , woda, sól, marchewka, jabłka,)</p> <p>Alergeny:1,</p>	<p>Wafle ryżowe, jabłka pieczone do smarowania 10g/5g</p> <p>(składniki: ryż preparowany, jabłko)</p> <p>Alergeny: brak</p>

<p>20.1.2023</p> <p>Piątek</p> <p>Kcal:983,2</p> <p>B:12,3</p> <p>T:29,4</p> <p>W:93,6</p>	<p>Dzieci same komponują kanapki:</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g, (1,7) polędwicą z piersi indyka 96%, 10g pomidor, ogórek zielony 10g</p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u>, polędwica z indyka, pomidor, ogórek zielony, <u>jajko</u>)</p> <p>Alergeny:1,3,7</p>	<p>Zupa krupnik z ziemniakami gotowany na bulionie warzywnym 200ml</p> <p>(składniki: woda, kasza <u>jęczmienna</u>, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy)</p> <p>Alergeny:1</p>	<p>Filet rybny panierowany 70g, puree ziemniaczane z koperkiem 90g, surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z dodatkiem papryki 70g</p> <p>(składniki: <u>miruna bez skóry</u>, <u>jajka</u>, mąka <u>pszenna</u>, bułka tarta-<u>pszenna</u>, ziemniaki, kapusta pekińska, papryka św, marchew)</p> <p>Alergeny:1,3,4</p>	<p>Ciasto 40g</p> <p>(składniki: mąka <u>pszenna</u>, marchew, olej, <u>jajko</u>, cukier)</p> <p>Alergeny: 1,3</p>
<p>23.1.2023</p> <p>poniedziałek</p> <p>Kcal:974,5</p> <p>B:15,1</p> <p>T:23,3</p> <p>W:92,4</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g, (1,7) twarogiem waniliowym 10g, (7)</p> <p>dotatkowo:Kaszka manna na mleku z rodzynkami 180g (1,7,12)</p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u>, <u>twaróg</u> półtłusty, wanilia, kasza manna, <u>mleko 2%</u>, <u>rodzynki</u>)</p> <p>Alergeny:1,7,12</p>	<p>Zupa ogórkowa gotowana na bulionie warzywnym 200ml</p> <p>(składniki: woda, ogórek kwaszony, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy)</p> <p>Alergeny: brak</p>	<p>Potrawka drobiowa z ryżem 155g surówka duszona marchewka 70g</p> <p>(składniki: ryż, indyk bez skóry, groszek, marchewka, cebula, papryka, por, przyprawy)</p> <p>Alergeny:brak</p>	<p>Chrupki kukurydziane 10g</p> <p>(składniki: kasza kukurydziana. Produkt może zawierać <u>orzyszki arachidowe</u>, <u>soje</u>, <u>mleko</u>)</p> <p>Alergeny: 5,6,7</p>
<p>24.1.2023</p> <p>wtorek</p> <p>Kcal:984,6</p> <p>B:14,2</p> <p>T:23,1</p> <p>W:98,4</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7), pastą drobiową - wyrób własny 10g, ogórkiem kwaszonym 10g</p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, mięso drobiowe, warzywa)</p> <p>Pasta drobiowa-wyrób własny (składniki: mięso drobiowe bez skóry, bułka <u>pszenna</u>, <u>jajka</u>, warzywa w zmiennych proporcjach)</p> <p>Alergeny:1,3,7</p>	<p>Zupa kalafiorowa gotowana na bulionie warzywnym, serwowana z natką pietruszki 200ml</p> <p>(składniki: marchewka, pietruszka, por, kalafior, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy)</p> <p>Alergeny: brak</p>	<p>Kawałki wieprzowiny w warzywach 85g, puree ziemniaczane 90g sałatka z buraczków 70g</p> <p>(składniki: mięso wieprzowe, marchew, brokuł, kalafior, mąka <u>pszenna</u>, przyprawy, puree ziemniaczane, buraki, olej)</p> <p>Alergeny:1</p>	<p>Mus owocowy lub z owsianką 100g</p> <p>(składniki: przecier z owoców, owies witamina c)</p> <p>Alergeny: 1</p>
<p>25.1.2023</p>	<p>Chleb pszenny i żytni z masłem 25g, (1,7)</p>	<p>Rosół drobiowy z makaronem, serwowany z natką pietruszki 200ml</p>	<p>Pierogi ukraińskie okraszane duszoną cebulką 180/10g</p>	<p>Owoc sezonowy 70g</p>

<p>Środa</p> <p>Kcal:1019,2 B:19,2 T:39,4 W:93,6</p>	<p>parówka drobiowa 40g, warzywa 10g</p> <p>dotatkowo:Warzywna pasta z dodatkiem ciecierzycy à la hummus 10g</p> <p>(składniki: pieczywo pszenne, żytnie, masło extra,parówka drobiowa,warzywa,ciemierzycza, sezam)</p> <p>Alergeny:1,7,11</p>	<p>(składniki:woda, mięso drobiowe bez skóry,makaron pszenny, por, marchewka, pietruszka, natka pietruszki, przyprawy)</p> <p>Alergeny:1</p>	<p>(składniki: ziemniaki, twaróg półtłusty, mąka pszenna, cebula, przyprawy)</p> <p>Alergeny:1,7</p>	<p>Alergeny: brak</p>
<p>26.1.2023</p> <p>Czwartek</p> <p>Kcal:985,9 B:18,3 T:38,6 W:102,6</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7) połówką drobiowa 10g, ogórkiem 10g,</p> <p>dotatkowo:Kasza manna na mleku (1,7) 180ml</p> <p>(składniki:pieczywo pszenne i żytnie,masło, połówka drobiowa, ogórek, szczypiorek, kasza manna, mleko 2%)</p> <p>Alergeny:1,7</p>	<p>Zupa krupnik z ziemniakami gotowany na bulionie warzywnym 200ml</p> <p>(składniki: woda,kasza jęczmienna, marchewka,pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy)</p> <p>Alergeny:1</p>	<p>Kotlet rybny z dodatkiem szczypiorku 70g, puree ziemniaczane z koperkiem 90g, surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem papryki 70g</p> <p>(składniki:miruna bez skóry, jajka, mąka pszenna, szczypiorek, bułka tarta-pszenna, ziemniaki,kapusta pekińska, papryka św, marchew)</p> <p>Alergeny:1,3,4</p>	<p>Kisiel z jabłkiem 150g</p> <p>(składniki:woda, skrobia ziemniaczana, jabłka,sok owocowy)</p> <p>Alergeny: brak</p>
<p>27.1.2023</p> <p>piątek</p> <p>Kcal:984,4 B:14,2 T:30,5 W:98,4</p>	<p>Chleb pszenno-żytni z masłem 25g (1,7),pastą drobiowa-wyrób własny z pomidorem 10g (4)</p> <p>(składniki: pieczywo pszenne, żytnie, masło extra, udo drób pomidor)</p> <p>Alergeny:1,7</p>	<p>Krem z marchewki z dodatkiem imbiru, z ziemniakami, serwowany z grzankami 200ml</p> <p>(składniki: woda,marchewka,imbir, ziemniaki, grzanki pszenne,przyprawy)</p> <p>Alergeny: 1</p>	<p>Amerykańskie pancake z sosem owocowym 120/30 gr</p> <p>(składniki: mąka pszenna, owoce mrożone sezonowe, mleko, jajko, proszek do pieczenia, olej rzepakowy)</p> <p>Alergeny: 1,3,7</p>	<p>Owoc 70g</p> <p>Alergeny:brak</p>
<p>30.1.2023</p> <p>Poniedziałek</p> <p>Kcal:1015,8 B:18,6 T:39,4 W:103,4</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7) twaróżkiem waniliowym 10g, (7)</p> <p>dotatkowo:Kaszka manna na mleku z rodzynkami 180g (1,7,12)</p> <p>(składniki:pieczywo pszenne i żytnie,masło, twaróg półtłusty, wanilia, kasza manna, mleko 2% , rodzynki)</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami, gotowana na bulionie warzywnym, serwowana z natką pietruszki 200ml</p> <p>(składniki:marchewka, pietruszka, por, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa, ziemniaki)</p> <p>Alergeny: brak</p>	<p>Spaghetti bolognese 130g,</p> <p>(składniki: makaron pszenny, mięso wieprzowe, koncentrat pomidorowy 30%, mąka pszenna,</p> <p>Alergeny:1</p>	<p>Owoc 70g</p> <p>Alergeny:brak</p>

	Alergeny:1,7,12		
31.1.2023 Wtorek Kcal:962,3 B:17,2 T:29,3 W:101,5	Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7) Polędwica wieprzowa 10g, pomidor 10g (składniki:pieczywo pszenne i żytnie,masło , mięso drobiowe, <u>pomidor</u>) Alergeny:1,7	Zupa pomidorowa z ryżem, gotowana na bulionie warzywnym z natką pietruszki 200ml (składniki:woda, marchew, pietruszka, por, ryż, koncentrat pomidorowy, przyprawy) Alergeny:brak	Kotlet mielony wieprzowy pieczony w piecu konwekcyjno-parowym 70g puree ziemniaczane 90g, surówka z buraczków z dodatkiem jabłka i oliwy 70g (składniki:mięso wieprzowe, jaika , bułka tartarowa pszenna , mąka pszenna , ziemniaki, przyprawy,buraki, jabłka) Alergeny:1,3
			Jogurt Owocowy 60 g (składniki: mleko , żywe kultury bakterii jogurtowych, mieszanka owoców) Alergeny:7

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziółowy, cukier waniliowy. Produkty spożywcze niezbędne do wytworzenia w/w posiłków zgodnie z informacjami producentów mogą zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorzczyca.

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. Gorzczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne 14. Mięczaki i produkty pochodne.