DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek 19.10.2020 r.	Chleb z masłem 35 g, pasta z kiełbasy i ogórka kiszonego sałata zielona, szczypiorek, (**gluten, mleko**) marchewka, ½ kiwi, kawa z mlekiem, herbata 200 ml. 355,2 kcal	Zupa kalafiorowa z makaronem 300 ml (**gluten, seler, mleko**) Ziemniaki 120g, pieczeń rzymska cielęco indycza, surówka z porów z pestkami dyni, kompot truskawkowy 200 ml. 391,00kcal	Deser mleczny z musem truskawkowym 295 g, melon, herbata z miodem 200 ml. **(mleko, gluten)** 283,00 kcal
Wtorek 20.10.2020 r.	Płatki owsiane z mlekiem i żurawiną 300 ml, chleb z masłem 35 g, kiełbasa szynkowa 25 g (**gluten, mleko, soja**) , papryka czerwona, sałata zielona, szczypiorek, melon, herbata 200 ml,. 346 ,00 kcal	Zupa z czerwonej soczewicy z grzankami 300 ml. **(gluten, seler, jaja, mleko, ryby)** Ryż 120 g, łosoś z pieca 60 g, puree z groszku zielonego 60 g, kompot wieloowocowy 200 ml. 597,60 kcal	Bułka razowa z masłem, twarożek z malinami 80 g, herbata z cytryną i miodem 200 ml **(mleko, gluten,)** 325,00 kcal
Dzień ze świeżym sokiem Środa 21.10.2020 r.	Chleb z masłem 35 g, pomidor malinowy, sałata rukola, jajecznica ze szczypiorkiem 50 g, kakao, herbata, 200 ml. gruszka **(mleko, gluten, jaja)** 350,00 kcal	Zupa ogórkowa z ryżem 300 ml. **(gluten, seler)** Kasza bulgur 120 g, udziec cielęcy w jarzynach 100 g, sałatka z buraków i jabłek z orzechem włoskim 70 g, kompot truskawkowy 200 ml. 417,62 kcal	Świeży sok ananasowy 200 ml., chałka z masłem 40 g, marchewka, kalarepka 150,00 kcal
Czwartek 22.10.2020 r.	Chleb z masłem 35 g, szynka wieprzowa 25 g, papryka czerwona sałata rukola, szczypiorek, śliwka, mleko, herbata 200 ml. **(mleko, gluten)** 282,00 kcal	Zupa pieczarkowa z makaronem 300 ml **(gluten, mleko, seler, jaja, ryby)** Ziemniaki 120 g, sznycelek z ryby (miruna) 60 g, surówka z kapusty kiszonej 70 g kompot wieloowocowy 200 ml. 447,62 kcal	Jabłko pieczone w sosie waniliowym 295 g, mandarynka, herbata z miodem 200 ml. **(mleko, gluten,)** 239,00 kcal
Piątek 23.10.2020 r.	Chleb z masłem 35 g, makrela 30 g, papryka czerwona, sałata zielona, ananas, marchewka, herbata z miodem 200 ml. **(gluten, ryby)** 345,00 kcal	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (**gluten, seler, mleko, jajka**) Leniwe pierogi 220 g, surówka z marchwi i jabłka 70 g kompot porzeczkowy 200 ml. 534,00 kcal	Sałatka owocowa: winogron, banan, śliwka, pomarańcze, kiwi, jabłka, 100 g, ciasteczko zbożowe z morelą bez cukru 50 g, herbata z miodem 200 ml **(gluten, mleko)** 154,00kcal

- Pogrubioną czcionką zostały zaznaczone alergeny lub śladowe ilości alergenów zgodnie z załącznikiem nr 2 do ROZPORZĄDZENIA PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011. Lista alergenów znajduje się na tablicy.
- Szczegółowy opis wartości kalorycznych i wartości odżywczych wydawanych posiłków znajduje się do wglądu u szefa kuchni i intendenta.
- Dzieci między posiłkami dostają wodę niegazowaną.

Sporządziły: E. Dworak.

Zatwierdził:……