**Poniedziałek 20.01**

**Śniadanie:**

Truskawkowa kasza manna na mleku (7)

Chleb razowy (1) z masłem (7) i serem żółtym, pomidor

Herbata owocowa

**Obiad:**

Kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami (1,7,9) (wywar warzywny: kapusta biała, pietruszka, seler, por, ziemniaki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

Ryż zapiekany z jabłkiem na waniliowym beszamelu (7), marchewka do chrupania

Kompot wiśniowy

**Podwieczorek:**

Mandarynka

**Wtorek 21.01**

**Śniadanie:**

Parówki z szynki z ketchupem

Chleb żytni (1) z masłem (7), papryka

Kawa zbożowa na mleku (1,7)

**Obiad:**

Rosół z makaronem pszennym nitka (1,7,9) (wywar mięsno-warzywny: udka z kurczaka, pietruszka, seler, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

Potrawka z kurczaka z ziemniakami, surówka z czerwonej kapusty i marchewki

Kompot gruszkowy

**Podwieczorek:**

Jogurt bananowy z musem truskawkowym (7) – wyrób własny (jogurt naturalny, banany, truskawki, cukier)

**Środa 22.01**

**Śniadanie:**

Stół szwedzki: pasztet z całego kurczaka, dżem truskawkowy, ser żółty (7); ogórek, pomidor

Chleb wieloziarnisty i razowy (1) z masłem (7)

Kakao na mleku (1,7)

**Obiad:**

Barszcz biały z jajkiem, kiełbasą białą parzoną z szynki i ziemniakami (1,3,9), (wywar warzywny: zakwas, pietruszka, seler, por, ziemniaki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)

Kotlet schabowy z ziemniakami, surówka z buraków czerwonych z cebulką

Kompot wieloowocowy

**Podwieczorek:**

Sernik na zimno na biszkoptach z borówkami i galaretką (1,7) – wyrób własny (biszkopty, ser twarogowy, galaretka owocowa, borówki)

**Czwartek** **23.01**

**Śniadanie:**

Ryż na mleku (7)

Chleb razowy (1) z masłem (7), i pastą twarogową na słodko, ogórek

Herbata miętowa

**Obiad:**

Zupa jarzynowa z zacierką (7,9), (wywar warzywny: kalafior, brokuł, fasolka szparagowa, brukselka, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, jogurt naturalny)

Racuchy z jabłkami i cukrem pudrem, papryka do chrupania

Woda z pomarańczą

**Podwieczorek:**

Jogurt owocowy (7)

Jabłko

**Piątek 24.01**

**Śniadanie:**

Kasza jęczmienna na mleku (7)

Chleb pszenny (1) z masłem (7) i dżemem, papryka

Herbata miętowa

**Obiad:**

Zupa brokułowa z zacierką(1,7,9), (wywar warzywny: brokuł, pietruszka, seler, por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, śmietana)

Pieczony kotlet z mintaja (3,4) z ziemniakami, marchewka z groszkiem na ciepło

Lemoniada cytrusowa z miętą – wyrób własny (woda, pomarańcze, limonka, cytryna)

**Podwieczorek:**

Koktajl truskawkowy (7) – wyrób własny (mleko, truskawki, mleko)

**\*Zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn obiektywnych**

**Wielkości porcji:**

**Zupy: 150-200 ml**

**Drugie danie: 160 g**

**Surówki: 30-40g**

**Masło, pasty: 5-10 g**

**Napoje: 150 - 180 ml**

**Owoce: 80-150 g (porcja)**

**Warzywa : 80-100 g (porcja)**

**W ciągu dnia dzieci mają dostęp do wody niegazowanej z dystrybutorów**

**Numery alergenów występujących w posiłkach:**

1. Zboża zawierające **gluten,** tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne
2. **Skorupiaki** i produkty pochodne
3. **Jaja** i produkty pochodne
4. **Ryby** i produkty pochodne
5. **Orzeszki ziemne**
6. **Soja** i produkty pochodne
7. **Mleko** i produkty pochodne
8. **Orzechy**
9. **Seler** i produkty pochodne
10. **Gorczyca** i produkty pochodne
11. Nasiona **sezamu** i produkty pochodne
12. **Dwutlenek siarki** (SO2)
13. **Łubin** i produkty pochodne
14. **Mięczaki** i produkty pochodne