|  |  |
| --- | --- |
|  | Obiad |
| **Poniedziałek** | - Zupa krem z białych warzyw ze słonecznikiem (300ml) (ziemniaki, biała część pora, **seler,** pietruszka korzeń, czosnek, udka z kurczaka)  - Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem (300g) (ryż, jabłko, na wierzch masło  (**z mleka**),cynamon)  -Polewa waniliowa na jogurcie **(z mleka)**  - Kompot owocowy/ woda (200ml) |
| **Wtorek** | -Zupa kapuśniak z młodej kapusty (300ml) (młoda kapusta, ziemniaki, udko z kurczaka, marchew, pietruszka, **seler**, por, cebula, świeży lubczyk, kiełbasa wieprzowa)  -Spaghetti bolognese z mięsem mielonym drobiowo- wieprzowym (300g) (makaron spaghetti (**gluten),** mięso drobiowe z kurczaka, mięso wieprzowe z łopatki, pomidory, pasta pomidorowa, zioła)  -Kompot wieloowocowy/woda (200ml) |
| **Środa** | -Zupa koperkowa (300ml) ( kluski lane (**gluten, jaja**) **seler**, marchewka, korzeń pietruszki, koper, skrzydełka z indyka, **śmietana**)  -Delikatne chili sin carne z fasolką czerwoną, soczewicą, papryką, kukurydza, cebulą w sosie pomidorowym (150g)  -Ryż paraboliczny (200g)  - Kompot z owoców leśnych/ woda (200ml) |
| **Czwartek** | - Zupa pomidorowa na wywarze mięsnym (300ml) (makaron literki **( gluten)** udko z kurczaka, marchew, pietruszka, **seler**, por, cebula, natka pietruszki, świeży lubczyk, pomidory, przecier pomidorowy)  - Pieczone nuggetsy z kurczaka w płatkach kukurydzianych (100g)  -Kasza (200g)  -Mizeria (100g)(**mleko)**  -Kompot/ woda (200ml) |
| **Piątek** | - Zupa buraczkowa (300ml) ( udko z kurczaka, mięso z indyka, ziemniaki, buraczki czerwone marchew, **seler**, pietruszka korzeń, natka pietruszki, cytryna**,** śmietana **(z mleka)**)  **-**Pulpety rybne w sosie (100g)(**ryba mintaj, z mleka)**  -Ziemniaki (200g)  -Mix sałat z ogórkami z oliwą (100g)  **-**Kompot/ woda (200ml) |

Zgodnie z obowiązującymi przepisami, alergeny w jadłospisie zostały wskazane poprzez pogrubienie czcionki.

Alergeny nie są szkodliwymi składnikami, mogą jedynie wywoływać uczulenie u osób posiadających alergię na dany składnik.

Oznaczenia alergenów występujących w posiłkach:

1 - Zboża zawierające gluten;

2 - Skorupiaki i produkty pochodne;

3 - Jaja i produkty pochodne;

4 - Ryby i produkty pochodne;

5 - Orzeszki ziemne (arachidowe);

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;

13 – Łubin;

14 – Mięczaki