

Lista alergenów :

1. 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. ORZECZY
9. SELER i produkty pochodne
10. GORCZYCA i produkty pochodne
11. NASIONA SEZAMU i produkty pochodne
12. DWUTLENEK SIARKI
13. ŁUBIN i produkty pochodne
14. MIĘCZAKI i produkty pochodne

Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011

W związku z obowiązkiem stosowania m.in. przez placówki przedszkolne, od dnia 13.12.2014r. Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011, które mówi o obowiązku przekazywania konsumentom informacji na temat obecnych w serwowanej żywności składników lub innych substancji mogących powodować alergie nietolerancji, zamieszczamy do ogólnego zapoznania się wyciąg z w/w rozporządzenia, tj. "WYKAZ SUBSTANCJI I PRODUKTÓW POWODUJĄCYCH ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI"

*ALERGENY POKARMOWE ZAZNACZONO W JADŁOSPISIE CYFRAMI

*W razie braku jakiegokolwiek produktu jadłospis może ulec drobnym zmianom.

**23.12.2024** (poniedziałek)**▶ Śniadanie (323kcal)**

Pomidor koktajlowy (3kcal)	1 sztuka (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb zwykły (104kcal)	40g
KAKAO 150ML (116kcal)	150ml
Szynka wiejska (25kcal)	1 porcja (20g)

ALERGENY 1,3,7,*

▶ Obiad (457kcal)

Zupa ziemniaczana 250ml (56 kcal)	1 porcja
Łazanki z kapustą i mięsem 180g (268 kcal)	1 porcja
Kompot 150ml (33 kcal)	1 porcja
OWOC (100kcal)	100g

ALERGENY 1,7,9*

▶ Podwieczorek (117kcal)

Bakus puszysty serek o smaku, waniliowym - Bakoma (111kcal)	1 opakowanie (100g)
Herbata malinowa (2kcal)	3/4 szklanki (150ml)
PALUCH KUKURYDZIANY (4kcal)	10g

ALERGENY 1,7,9*

**27.12.2024** (piątek)**▶ Śniadanie (275kcal)**

Sałata liść (2kcal)	10g
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb wiejski (128kcal)	50g

HERBATA (6kcal) 150ml

Ser gouda (64kcal) 1 sztuka (20g)

ALERGENY 1,7,9*

► Obiad (608kcal)

Krupnik z kaszą pęczak 250ml (243 kcal) 1 porcja

Surówka wielowarzywna 80g (158 kcal) 1 porcja

Ziemniaki z koperkiem i masłem 150g (68 kcal) 1 porcja

Jajko w sosie koperkowym 50ml (106 kcal) 1 porcja

Kompot 150g (33 kcal) 1 porcja

ALERGENY 1,7,9*

► Podwieczorek (189kcal)

Mus z jabłek i brzoskwiń (106kcal) 100g

Wafle ryżowe (83kcal) 2 sztuki (20g)

ALERGENY 1,*



30.12.2024 (poniedziałek)

► Śniadanie (154kcal)

Chleb pszenny (65kcal) 1 porcja (25g)

Pasta warzywna (14 kcal) 1 porcja

Masło (72kcal) 1 plaster (10g)

Kawa, napar bez cukru (3kcal) 1 szklanka (150ml)

Alergeny 1,3,6,7,9,*

► Obiad (475kcal)

Grycikowa na rosole 250ml (223 kcal) 1 porcja



Potrawka z gotowanej wieprzowiny z warzywami 80g (82 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem 150g (68 kcal)	1 porcja
Surówka z selera z ogórkiem kiszonym 80g (69 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja

Alergeny 1,3,7,9,*

► Podwieczorek (312kcal)

Herbata malinowa (2kcal)	3/4 szklanki (150ml)
Kanapka z dżemem (310 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,*

**31.12.2024 (wtorek)****► Śniadanie (415kcal)**

Chleb żytni (172 kcal)	0.5 porcji
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Dżem brzoskwinowy, niskosłodzony (31kcal)	1 porcja (20g)
Zupa mleczna z płatkami (134 kcal)	1 porcja
Herbata miętowa (3kcal)	3/4 szklanki (150ml)

ALERGENY 1,3,7,9*

► Obiad (476kcal)

Zupa koperkowa 250ml (65 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem 150g (68 kcal)	1 porcja
Surówka z buraczkami i jabłkiem 80g (32 kcal)	1 porcja
Kotlet drobiowy w panierce 80g (278 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,*

► Podwieczorek (41kcal)

Galaretka z owocami (18 kcal)	1 porcja
Herbata malinowa (2kcal)	3/4 szklanki (150ml)
Biszkopty (21kcal)	2 sztuki (6g)

ALERGENY 1,3,7,*

**02.01.2025** (czwartek)**► Śniadanie (270kcal)**

Ogórek (3kcal)	1/8 sztuki (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb graham (46kcal)	2/3 kromki (20g)
Herbata ziołowa, rumianek (2kcal)	1 szklanka (150ml)
Parówki wieprzowe (144kcal)	1 sztuka (50g)

ALERGENY 1,3,7,*

► Obiad (368kcal)

Zupa kalafiorowa z parmezanem 250ml (115 kcal)	1 porcja
Makaron pełnoziarnisty z białym serem , masłem i miodem 160g (191 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja
Mandarynki (29kcal)	1 sztuka (65g)

ALERGENY 1,3,7,9,*

► Podwieczorek (261kcal)

Kakao na mleku (139 kcal)	1 porcja
Kisiel z owocami (122 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,*



03.01.2025 (piątek)

▶ Śniadanie (319kcal)

Papryka czerwona (7kcal)	1/8 sztuki (20g)
Ser gouda, tłusty (64kcal)	1 sztuka (20g)
Chleb graham (69kcal)	1 kromka (30g)
HERBATA (6kcal)	150ml
Płatki owsiane z mlekiem (173 kcal)	0.5 porcji

ALERGENY 1,7,*

▶ Obiad (389kcal)

Zupa pomidorowa 250ml (38 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem 150g (68 kcal)	1 porcja
Paluszki rybne z piekarnika 2szt (152 kcal)	1 porcja
Surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem (98 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,4,7,9*

▶ Podwieczorek (253kcal)

JABŁKA PIECZONE ZE SŁODKĄ NIESPODZIANKĄ (169 kcal)	1 porcja
Fit Ciasteczka Zbożowe z morelą Bez Cukru Sante (84kcal)	1/8 opakowania (20g)

Alergeny 1,3,6,7,9,*