

Od dnia 13 grudnia 2014r.obowiązuje rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 w sprawie przekazywania informacji na temat alergenów. Informujemy, że zgodnie z wykazem zostały wyszczególnione substancje alergizujące występujące w jadłospisie

W oparciu o dostępność produktów, wykonawca zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian w jadłospisie.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, vegeta, majeranek, papryka, curry, cukier waniliowy, cynamon.

Ogórek zielony 20g Ser żółty Salami 20g (7) Parówki 100g Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) Masło ekstra 15 g (7)	Ser mozzarella klasyczna 20g Kiełbasa żywiecka 20g Pomidor 20g Rukola 5g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1)	Sałátka grecka 180g (7) Sałata 5 g Polędwica sopocka 30g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1)	Pasta z tuńczyka 50g (4,3) Ser żółty Salami 20g (7) Ogórek zielony 20g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1)	Pasztet pieczony 30g (1) Kabanos 20g Ser topiony 20g (7) Ogórek zielony 20g Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1)	Brokuły gotowane na parze z sosem czosnkowym 150 g (7) Polędwica sopocka 20g Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) Masło ekstra 15 g (7)	Sałátka jarzynowa 120g (3,7,9) Pieczeń rzymska 20g Masło ekstra 15 g (7) Sałata 5g Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1)
K: 2379.2 / B: 93.2/ T: 85.4 NKT: 37.9 / WP: 292.5 F: 27,8/ / SÓL: 4.6	K: 1826.1 / B: 75.8 / T: 63.9 / NKT: 28.5 / WP: 225.7 F: 278,4/ / SÓL: 4.4	K: 2144.8 / B: 73.8 / T: 84.3 / NKT: 21.1 / WP: 234.3 F: 26,8 / SÓL: 3.1	K: 2253.6 / B: 90.9 / T: 94.4 / NKT: 35.3 / WP: 203.8 F: 30,1/ SÓL: 3.0	K: 1902.3 / B: 79.2 / T: 81.0 / NKT: 28.6 / WP: 202.9 F: 28,2/ SÓL: 3.2	K: 2296.5 / B: 87.7 / T: 78.8 / NKT: 36.0 / WP: 285.1 F: 28,2 /SÓL: 3.4	K: 2240.3 / B: 85.7 / T: 79.3 / NKT: 28.9 / WP: 277.9 F: 30,1 /SÓL: 2,9

08.05.2026	09.05.2026	10.05.2026
ŚNIADANIE 08:00	ŚNIADANIE 08:00	ŚNIADANIE 08:00
Musli z suszonymi owocami i cynamonem (1) Mleko spożywcze 2 % 300ml (7) Ser topiony 20g (7) Szynka wiejska Masło ekstra 15 g (7) Rzodkiew biała 20g Rukola 5g Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) *gotowanie *gotowanie	Płatki kukurydziane na mleku 300ml (7) Twarożek ze szczypiorkiem 50g (7) Kiełbasa żywiecka 30g Papryka czerwona 20g Sałata 10g Masło ekstra (7) 15g chleb mieszany graham , rodziny (1,16)100g herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	Kus kus na mleku (7,1) 350ml Masło extra (7) 15g chleb mieszany graham , rodziny (1,16)100g herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie
OBIAD 12:30	OBIAD 12:30	OBIAD 12:30
Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1a,9,7) Kotlet schabowy 80g (3,1a) duszony Ziemniaki gotowane 230g Surówka z kapusty pekińskiej 120g Kompot wielowocowy słodzony 250 ml *gotowanie *duszenie	Barszcz ukraiński (7,9) 350ml Risotto mięsno-jarzynowe z sosem pomidorowym 380g (1,7,9) kompot 250ml *gotowanie *pieczenie	zupa koperkowa (7, 9)350ml Naleśniki z serem 2szt. (1,3,7) kompot 250ml *gotowanie
PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00

banan	Ciastka owsiane z żurawiną Sante (17) 30g	Galaretką z owocami 150g
KOLACJA 19.30	KOLACJA 19.30	KOLACJA 19.30
Sałatka z sałaty lodowej z ogórkiem i pomidorem 120g Polędwica sopocka 40g Ser żółty Salami 20g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1 roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml	Sałatka z kuskusem i warzywami 150g (1) Polędwica sopocka 40g roślinne z mlekowity (7) 20g Dżem wiśniowy 20g chleb mieszany graham, rodzinny (1,16)100g roślinne z mlekowity (7) 20g	Ser żółty (7) 35g Kiełbasa krakowska 20g ogórek zielony 50g roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany graham , rodzinny (1,16)100g herbata z cukrem i cytryną 250ml
K: 2118.3 / B: 92.5 / T: 80.7 / NKT: 15.4 / WP: 292.9 F: 29.1 / SÓL: 4.1	K: 2098.7 / B: 86.8 / T: 70.3 NKT: 19,5 / F: 29,4 WP: 243.7/ SÓL: 3,9	K: 2110.8 / B: 91.1 / T: 81.5 / NKT: 27,4 / WP: 269.8 F: 26.3 / Sól: 2,99

K [kcal] – wartość kaloryczna, **B [g]** – białko, **T [g]** – tłuszcze, **NKT[g]** - kwasy tłuszczowe nasycone **WP [g]** – węglowodany, **F [g]** – błonnik, **Sól [g]**

*Forma obróbki cieplnej

Alergeny:

- [1] - Zboża zawierające gluten pszeniczny
- [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: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały
- [9] – Seler i produkty pochodne
- [10] – Gorczyca i produkty pochodne
- [11] – Nasiona sezamu i produkty pochodne
- [12] – Dwutlenek siarki i siarczyny
- [13] – Łubin i produkty pochodne
- [14] – Mięczaki i produkty pochodne
- [15] – Mleko i pochodne bez laktozy
- [16] – Zboża zawierające gluten żytni
- [17] – Zboża zawierające gluten owsiany
- [19] – Zboża zawierające gluten jęczmienny