

Dzień	Jadłospis – Zima w Mieście	alergeny
Poniedziałek 26.01.2026	<u>II śniadanie</u> : Kanapka z pieczywa pszennego z masłem, szynką, sałatą, rzodkiewka, papryka, sok owocowy <u>Obiad</u> : Zupa barszcz biały z ziemniakami Kurczak w kremowym sosie ze szpinakiem, posypyany serem żółtym, makaron penne, kompot wieloowocowy, jabłko	1, 3, 7, 9
Wtorek 27.01.2026	<u>II śniadanie</u> : Kanapka z pieczywa mieszanego z masłem, serem żółtym, sałata, ogórek zielony, woda niegazowana <u>Obiad</u> : Zupa z czerwoną soczewicą i ziemniakami Udko z kurczaka pieczone z ziołami, ryż paraboliczny gotowany na sypko, surówka z marchewki i jabłka z jogurtem, kompot truskawkowy	1, 3, 7, 9
Środa 28.01.2026	<u>II śniadanie</u> : Kanapka z pieczywa pszennego z masłem, sałatą, twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem, ogórek, sok owocowy <u>Obiad</u> : Zupa pomidorowa zabelana z makaronem Sznicel z indyka panierowany w płatkach kukurydzianych, ziemniaki z koperkiem, mix sałat z serem feta, papryką i sosem vinaigrette, kompot śliwkowy	1, 3, 7, 9, 10
Czwartek 29.01.2026	<u>II śniadanie</u> : Kanapka z grahamką, masłem, szynką, sałata, ogórek kwaszony, jogurt owocowy <u>Obiad</u> : Zupa kapuśniak z ziemniakami Gulasz z karkówki z warzywami i pieczarkami, kasza gryczana gotowana na sypko, surówka z kapusty czerwonej i jabłka, kompot malinowy, banan	1, 3, 7, 9
Piątek 30.01.2026	<u>II śniadanie</u> : Kanapka z pieczywa pszennego z masłem, pasta z białego sera z łososiem i koperkiem, sałata, ogórek zielony, sok owocowy <u>Obiad</u>: Zupa krem z cukinii i pomidorów Filet z mintaja panierowany z ziołami, ziemniaki z koperkiem, surówka z kalarepy, marchewki i ogórka kwaszonego, kompot wiśniowy, mandarynka	1, 3, 4, 7, 9

PODSTAWOWE ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POSILKACH

Zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady Nr 1169/2011 w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności, które ze szczególnym uwzględnieniem alergenów, muszą być łatwo dostępne tak, aby rodzic miał świadomość, że w doniesieniu do danej żywności występują kwestie związane z alergiami i nietolerancją pokarmową.

W związku z powyższym przy jadłospisie będzie można znaleźć spis alergenów, a przy każdym daniu numer alergenu jaki zawiera to danie.

Numery alergenów występujące w posiłkach:

1	Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, orkisz, pszenica).
2	Skorupiaki i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
3	Jaja i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
4	Ryby i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
5	Orzeszki ziemne (arachidowe i produkty przygotowane na ich bazie)
6	Soja i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
7	Mleko i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
8	Orzechy (migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, orzechy pistacjowe, orzechy makadami, lub orzechy oraz produkty przygotowane na ich bazie)
9	Seler i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
10	Gorzycza i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
11	Nasiona sezamu i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
12	Dwutlenek siarki (używany jako substancja antyutleniająca i utrwalająca, obecna na przykład w owocach suszonych, winie, przetworzonych ziemniakach)
13	Łubin (produkty przygotowane na ich bazie)
14	Mięczaki (produkty przygotowane na ich bazie)

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

Pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, cukier wanilinowy.

**Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości:
glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorzycy.**