

Dzień	Jadłospis – Zima w Mieście	alergeny
Poniedziałek 19.01.2026	<u>II śniadanie</u> : Kanapka z pieczywa pszennego z masłem, szynką, sałatą i ogórkiem zielonym, sok owocowy <u>Obiad</u> : Zupa krem z zielonego groszku Spaghetti z mięsa drobiowego z warzywami (marchewka, cebula, seler naciowy, czosnek, pomidory), makaron mieszany, kompot wiśniowy, banan	1, 3, 7, 9
Wtorek 20.01.2026	<u>II śniadanie</u> : Kanapka z pieczywa mieszanego z masłem, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, rzodkiewka, jogurt owocowy <u>Obiad</u> : Zupa grochowa z boczkiem wędzonym Filet z kurczaka panierowany, ziemniaki zapiekane z ziołami, sałata lodowa z ogórkiem zielonym i jogurtem, kompot truskawkowy	1, 3, 7, 9
Środa 21.01.2026	<u>II śniadanie</u> : Kanapka z pieczywa pszennego z masłem, serem żółtym, sałatą i ogórkiem kwaszonym, woda niegazowana <u>Obiad</u> : Zupa jarzynowa z kapustą, pomidorami i ziemniakami Pulpety z karkówki, sos koperkowy, kasza jęczmienna gotowana na sypko, surówka wielowarzywna z marchewki, jabłka i ogórka kwaszonego, kompot śliwkowy	1, 3, 7, 9
Czwartek 22.01.2026	<u>II śniadanie</u> : Kanapka z grahamką, masłem, szynką, sałata, ogórkiem zielonym, sok owocowy <u>Obiad</u> : Zupa krupnik z kaszą jaglaną Kotlet mielony z indyka panierowany, ziemniaki z koperkiem, marchewka gotowana z groszkiem zielonym, kompot wieloowocowy, jabłko	1, 3, 7, 9
Piątek 23.01.2026	<u>II śniadanie</u> : Kanapka z pieczywa pszennego z masłem, pasta z tuńczyka i jajka, ogórek, papryka, sok owocowy <u>Obiad</u>: Zupa krem brokułowa z pomidorami suszonymi Paluszki rybne z mintaja pieczone, ziemniaki z koperkiem, mix warzyw gotowany na parze z masłem, kompot z czarnej porzeczki, 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	Gorczyca 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 ziółowy, cukier wanilinowy.

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