**Jadłospis
11 - 15.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
| Obiad | Krupnik (300g),twarożek ze szczypiorkiem i ziemniakami (300g),kompot (200ml),ciasteczka zbożowe z jagodą (50g),(1,3,5,7,8,9)Wartość kaloryczna: 702kcal | Krem z białych warzyw z grzankami (350g),indyk w sosie słodko-kwaśnym z warzywami i ryżem (250g), sok jabłkowy (200ml),ciasteczka owsiane z żurawiną (30g).(1,3,5,7,8,9)Wartość kaloryczna: 688kcal | Zupa koperkowa z lanymi kluskami (350g),pierogi z serem (250g),surówka z marchwi (100g),woda z cytryną (200ml),mus owocowy (90g).(1,3,7,9)Wartość kaloryczna: 664kcal | Grochówka (300g),bitki schabowe w sosie własnym z kaszą gryczaną (205g),mizeria z jogurtem naturalnym (100g),sok jabłkowy (200ml).(1,3,7,9)Wartość kaloryczna: 671kcal | Krem z marchewki z grzankami (350g),paluszki rybne (100g),duszone ziemniaki (150g),surówka z kapusty pekińskiej (100g),kompot (200ml),mini wafelek ryżowy (15g).(1,3,4,7,9)Wartość kaloryczna: 698kcal |

Lista alergenów: 1- zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, orkisz), 2- skorupiaki i produkty pochodne, 3- jaja i produkty pochodne, 4- ryby i produkty pochodne, 5- orzeszki ziemne, orzechy arachidowe i produkty pochodne, 6- soja i produkty pochodne, 7- mleko i produkty pochodne, 8- orzechy tj. migdały, orzechy włoskie, laskowe, nerkowca, i produkty pochodne, 9- seler i produkty pochodne,10- nasiona sezamu i produkty pochodne, 11- łubin i produkty pochodne, 12- mięczaki i produkty pochodne.