**Jadłospis  
10 - 14.06.2024**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
| Obiad | Krem ze szparagów  z grzankami (300g),  spaghetti bolognese  z warzywami (250g),  kompot (200ml),  jogurt pitny (100g).  (1,3,7,9)  Wartość kaloryczna: 684kcal | Zupa z fasolki „Jaś” (300g),  kotlet mielony z miruny panierowany (120g),  duszone ziemniaki (150g),  surówka z selera (100g),  woda (200ml),  ciasteczka owsiane  z żurawiną (30g). (1,3,4,5,7,8,9)  Wartość kaloryczna: 745kcal | Krem z brokuła z grzankami (300g),  pierogi z serem (250g),  surówka z marchwi (100g),  woda (200ml).  (1,3,7,9)  Wartość kaloryczna: 678kcal | Zupa pomidorowa z ryżem (300g),  pieczeń z karkówki w sosie własnym z kaszą gryczaną (195g),  ogórek kiszony (100g),  sok jabłkowy (200ml),  jabłka suszone (18g).  (1,3,7,9)  Wartość kaloryczna: 655kcal | Zupa ogórkowa z bagietką (320g),  pyzy w sosie pieczarkowym (170g),  kapusta modra (100g),  kompot (200ml),  baton crunchy (40g).  (1,3,5,7,8,9)  Wartość kaloryczna: 692kcal |

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.