

	ŚNIADANIE PIERWSZE	ŚNIADANIE DRUGIE	OBIAD I DANIE	OBIAD II DANIE	PODWIECZOREK
19.10.2026	pieczywo pszenno-żytnie z masłem, szynka z indyka, papryka czerwona, biała rzodkiew, kawa inka z mlekiem / alergen 1,6,7,9,10	bukiet warzyw na parze (kalafior, mini marchewka, brokuły), chrupki kukurydziane, sok 100% owoców	zupa meksykańska / alergen 9	makaron świderki z serem, sur. z marchewki i jabłka z żurawiną, woda z naturalnym sokiem bez dodatku cukru, porcja pomarańczy / alergen 1,7	śliwka
20.10.2026 OBIAD MIĘSNY Z ALTERNATYWĄ ROŚLINNĄ	pieczywo pszenno-żytnie z masłem, ser mozzarella, pomidor, szczypiorek, herbata z cytryną / alergen 1,7	budyń czekoladowy bez dodatku cukru, porcja melona / alergen 7	zupa z fasolki szparagowej / alergen 7,9	duszona pałka z kurczaka w sosie własnym, ryż brązowy, surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i koperkiem, woda z cytryną, porcja pomarańczy ALTERNATYWA ROŚLINNA: kotlet z ciecierzycy, ryż brązowy, sur. z kapusty pekińskiej / alergen 1,7	jabłko
21.10.2026 OBIAD WEGAŃSKI	pieczywo pszenno-żytnie z masłem, jajecznica ze szczypiorkiem, pomidor, kawa inka z mlekiem / alergen 1,3,4,7	Owsianka na mleku z owocami i bakaliami (banan, śliwka, kiwi, rodzynki, pestki słonecznika) / alergen 1,7	zupa krem z kukurydzy (wywar warzywny) / alergen 9	makaron spaghetti orkiszowy z warzywami i czerwoną soczewicą, surówka z ogórka kiszzonego z cebulką, woda z cytryną nisko słodzona miodem, porcja jabłka / alergen 1	banan
22.10.2026 OBIAD MIĘSNY Z ALTERNATYWĄ ROŚLINNĄ	pieczywo pszenno-żytnie z masłem, twarożek, rzodkiewka, ogórek zielony, kakao / alergen 1,7	jogurt owocowy bez cukru, marchewka do chrupania / alergen 7	zupa krem z dyni z prażonymi pestkami dyni (wywar warzywny) / alergen 9	pieczeń z karkówki, kluski śląskie, Warzywa na parze (kalafior, brokuły), woda z naturalnym sokiem bez dodatku cukru, porcja banana ALTERNATYWA ROŚLINNA: kotlety z zielonej soczewicy, kluski śląskie, sur. z czar. kapusty / alergen 1	gruszka
23.10.2026 OBIAD RYBNY Z ALTERNATYWĄ ROŚLINNĄ	bułka grahamka z masłem, pasta z ciecierzycy, ogórek kiszony, pomidor, kawa inka na mleku / alergen 1,7	koktail z jogurtu naturalnego z truskawkami, pałki kukurydziane / alergen 7	zupa krupnik / alergen 9	ryba miruna w sosie greckim, ziemniaki, kompot nisko słodzony, porcja gruszki ALTERNATYWA ROŚLINNA: ziemniaki, kotlet z białej fasoli z sosem greckim / alergen 1,4	jabłko
1 - zboża zawierające gluten oraz produkty pochodne, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne łącznie z laktozą, 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczany, 13 - łubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne					
Zapewniamy dzieciom całodzienny dostęp do wody (dystrybutor wody w każdej sali)					
Naszym celem jest zdrowe żywienie dzieci, dlatego wszystkie potrawy przygotowujemy w piecu konwekcyjno-parowym. Działanie pary powoduje beztłuszczowe smażenie, potrawy zachowują wartości odżywcze, a warzywa nie tracą koloru, zachowują witaminy i minerały.					
Ze względów organizacyjnych jest możliwa zmiana jadłospisu.					