

Dzień	Jadłospis – Zima w Mieście	alergeny
<b>Poniedziałek</b> <b>03.02.2025</b>	<p><b><u>II śniadanie</u></b> : Kanapka z pieczywa pszennego z masłem, szynką, sałatą, rzodkiewka, papryka, sok owocowy</p> <p><b><u>Obiad</u></b> : Zupa barszcz biały z ziemniakami            Kurczak w kremowym sosie ze szpinakiem, posypyany serem żółtym, makaron penne, kompot wieloowocowy, jabłko</p>	1, 3, 7, 9
<b>Wtorek</b> <b>04.02.2025</b>	<p><b><u>II śniadanie</u></b> : Kanapka z pieczywa mieszanego z masłem, serem żółtym, sałata, ogórek zielony, woda niegazowana</p> <p><b><u>Obiad</u></b> : 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</p>	1, 3, 7, 9
<b>Środa</b> <b>05.02.2025</b>	<p><b><u>II śniadanie</u></b> : Kanapka z pieczywa pszennego z masłem, sałatą, twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem, ogórek, sok owocowy</p> <p><b><u>Obiad</u></b> : Zupa pomidorowa zabelana z makaronem            Sznyceł z indyka panierowany w płatkach kukurydzianych, ziemniaki z koperkiem, mix sałat z serem feta, papryką i sosem vinaigrette, kompot śliwkowy</p>	1, 3, 7, 9, 10
<b>Czwartek</b> <b>06.02.2025</b>	<p><b><u>II śniadanie</u></b> : Kanapka z grahamką, masłem, szynką, sałata, ogórek kwaszony, jogurt owocowy</p> <p><b><u>Obiad</u></b> : 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</p>	1, 3, 7, 9
<b>Piątek</b> <b>07.02.2025</b>	<p><b><u>II śniadanie</u></b> : Kanapka z pieczywa pszennego z masłem, pasta z białego serka z łososiem i koperkiem, sałata, ogórek zielony, sok owocowy</p> <p><b><u>Obiad</u></b>: Zupa krem z cukinii i pomidorów            Filet z mintaja zapiekany z sosem brokułowym, ziemniaki z koperkiem, surówka z kalarepy, marchewki i ogórka kwaszonego, kompot wiśniowy, mandarynka</p>	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:**

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