








DZIEŃ	PONIEDZIAŁEK 04.11.2024	WTOREK 05.11.2024	ŚRODA 06.11.2024	CZWARTEK 07.11.2024	<b>*DZIEŃ ZDROWEGO ŻYWIENIA*</b> 08.11.2024
<b>ŚNIADANIE I</b>	I: Owsianka na mleku z rodzynkami, chleb razowy z masłem, szynka gotowana, sałata, ogórek zielony. Herbata. Jabłko.	I: <b>Stół szwedzki:</b> Pieczywo mieszane z masłem, pasta z białej fasoli, ser żółty, sałata lodowa, pomidorki cherry, papryka, kiełki rzodkiewki. Herbata, kawa inka. Gruszka. 	I: Płatki wielozbożowe, naturalne na mleku, grahamka z masłem, wędlina drobiowa, pomidor, rukola, rzodkiewka, . Herbata z cytryną. Banan. 	I: Granola na mleku, bułka owsiana z masłem, serek Almette jogurtowy, roszonek, papryka. Herbata rumiankowa.  Śliwka.	I: <b>Stół szwedzki:</b> Pieczywo mieszane z masłem, pasta z awokado, schab pieczony, mozzarella, oliwki, ciecierzycza, cykorja, szczypior, pomidor śliwkowy. Herbata, mleko słodzone daktylami. Sałatka owocowa.
<b>Alergeny:</b>	1,7	1,7	1,7	1,4	1,5
<b>OBIAD</b>	Zupa szczawiowa. Naleśniki z serem i polewą jogurtowo-truskawkową. Woda z cytryną. 	Zupa porowa. Leczo warzywne, komosa ryżowa, ogórek kiszony. Kompot wiśniowy z anyżem.	Zupa jarzynowa z natką. Spaghetti Bolognese z serem Grana Padano i bazylią. Woda z miętą i pomarańczą. 	Rosół drobiowy. Kotlet schabowy, puree ziemniaczane z koperkiem, warzywa na parze ze słonecznikiem, sałata z jogurtem. Kompot porzeczkowy z laską cynamonu.	Zupa z ciecierzycy. Zapiekanka makaronowa z łososiem i szpinakiem. Napój miodowo-imbirowy. 
<b>Alergeny:</b>	1,3,7	7	1,7	1,7,3	1,4,7
<b>PODWIECZOREK</b>	Kabanosy w cieście francuskim, warzywa, sos pomidorowy. Herbata z pigwą.	Pizzerinki z szynką i ananasem, sos czosnkowy. Herbata melisa z gruszką. 	Kisiel owocowy (wyrób własny), ciasteczka owsiane.	Koktajl bananowy na mleku migdałowym z nasionami chia.	Ciasto dyniowo-marchewkowe, świeżo wyciskany sok pomarańczowy. 
<b>Alergeny:</b>	1,7	1,7	1	7	1,3

Z przyczyn od nas niezależnych jadłospis może ulec zmianie.

## Substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji

Z dniem 13. 12.2014 weszły w życie nowe zasady dostarczania informacji na temat alergenów zgodnie z postanowieniami Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr [1169/2011](#) z dnia 25 października 2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności. Realizując postanowienia tego rozporządzenia posiadamy wykaz oferowanych posiłków z wyszczególnieniem alergenów wg. poniższej listy.

Lista alergenów obejmuje 14 następujących produktów



**1. Zboża zawierające gluten tj.: pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan) , żyto, jęczmień, owies lub ich odmiany, hybrydowe a także produkty pochodne**

**2. Skorupiaki i produkty pochodne**



**3. Jaja i produkty pochodne**



**4. Ryby i produkty pochodne**



**5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne**



**6. Soja i produkty pochodne**



**7. Mleko i produkty pochodne ( łącznie z laktozą)**



**8. Orzechy drzewne, tj. migdały (Amygdalus communis L.), orzechy laskowe (Corylus avellana), orzechy (Carya illinoensis (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (Bertholletia excelsa), pistacje/orzechy pistacjowe (Pistacia vera), włoskie (Juglans regia), orzechy nerkowca (Anacardium occidentale), orzeszki pekan, orzechy makadamia lub orzechy Queensland (Macadamia ternifolia), a także produkty pochodne**



**9. Seler i produkty pochodne**



**10. Gorczyca i produkty pochodne**



**11. Nasiona sezamu i produkty pochodne**



**12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO2 dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców.**

**13. Łubin i produkty pochodne**



**14. Mięczaki i produkty pochodne**

