JADŁOSPIS 09.11.2026r.- 13.11.2026r.

Dzień tygodnia	Obiad
Poniedziałek	**Zupa:** Pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym 200g(1,7,9). **Drugie danie:** Kotlet sojowy 50g(6), ziemniaki z natka pietruszki 200g(7), surówka syberyjska 100g, ciastko owsiane(1,3,7,8), soczek jabłkowy. **Napój:** Woda z cytryną 200ml.
Wtorek	**Zupa:** Kalafiorowa na wywarze drobiowym 200g(1,7,9). **Drugie danie:** Kotlet schabowy panierowany 110g(1,3,6), ziemniaki z natką pietruszki 200g(7), surówka z kapusty pekińskiej 100g(3,10), deser proteinowy pistacjowy(7,8). **Napój:** Woda z miętą 200ml.
Środa	
Czwartek	**Zupa:** Jarzynowa na wywarze drobiowym 200g(1,7,9). **Drugie danie:** Makaron spaghetti z sosem bolońskim 250g(1,3,7,9,12), owoc, baton zbożowy(1,5,6,7,8) **Napój:** Kompot owocowy 200ml.
Piątek	**Zupa:** Ziemniaczana na wywarze warzywnym 200g(1,7,9). **Drugie danie:** Ryba mintaj panierowana z serem 120g(1,3,4,7), ziemniaki z natką pietruszki 200g(7), surówka z kapusty kiszonej 100g(9), jogurt proteinowy(7), soczek wieloowocowy. **Napój:** Kompot owocowy 200ml.

INFORMACJA O ALERGENACH

Zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności – ze szczególnym uwzględnieniem alergenów .W związku z powyższym w jadłospisie zamieszczony jest numer oznaczający alergeny jakie potrawa zawiera.

WYKAZ ALERGENÓW :

1. **Zboża zawierające gluten** (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut).
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 (w tym laktoza).
8. **Orzechy** (migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowce, pekan, brazylijskie, pistacje, makadamia).
9. **Seler** i produkty pochodne.
10. **Gorczyca** i produkty pochodne.
11. **Nasiona sezamu** i produkty pochodne.
12. **Dwutlenek siarki i siarczyny** (powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l).
13. **Łubin** i produkty pochodne.
14. **Mięczaki** i produkty pochodne