**Lista alergenów**

**Alergen Nr 1 – zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) oraz produkty pochodne.**

**Alergen Nr 2 – skorupiaki i produkty pochodne.**

**Alergen Nr 3 – jaja i produkty pochodne.**

**Alergen Nr 4 – ryby i produkty pochodne.**

**Alergen nr 5 – orzeszki ziemne, orzechy arachidowe i produkty pochodne.**

**Alergen Nr 6 – soję i produkty pochodne.**

**Alergen Nr 7 – mleko i produkty pochodne.**

**Alergen Nr 8 – orzechy tj. migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca brazylijskie, pistacjowe i produkty pochodne.**

**Alergen Nr 9 – seler i produkty pochodne.**

**Alergen Nr 10 – nasiona sezamu i produkty pochodne.**

**Alergen Nr 11 – dwutlenek siarki i siarczany w stężeniach powyżej 10mg/kg lub 10 mg/w przeliczeniu na S02**

**Alergen Nr 12 – łubin i produkty pochodne.**

**Alergen Nr 13 – mięczaki i produkty pochodne.**

**\* może zawierać śladowe ilości alergenu**

**\* z przyczyn niezależnych jadłospis może ulec zmianie**

**JADŁOSPIS 15.04 - 26.04.2024 Oddział Przedszkolny**

**15.04.2024** S kasza manna na mleku 200 g, kanapki 30 g, masło 5 g, pasta hummus 20g, sałata 3g, pomidor, papryka,

herbata z cytryną 200 ml

 O zupa grochowa z ziemniakami 250 g

 Naleśniki z serem 2 szt,

 Herbata malinowa 200 ml

 P jogurt owocowy 150g 100g, jabłko 1 szt

Alergeny:1,3,7,9

=====================================================================================

**16.04.2024** S pieczywo mieszane 40g masło 5g, ser biały 30 g, sałata 3g, rzodkiewki 20g, melon 50g

Kawa inka 200 g

 O zupa pieczarkowa z makaronem 250 g

 Kotlet mielony wp 80 g, ziemniaki 120g, kalafior w sosie beszamel 80 g,

 Woda mineralna n/g 200 ml

 P baton kinder 1 szt, napój owsiany 330 ml

Alergeny: 1,3,5,6,7,8, 9

===================================================================================

**17.04.2024** S lane kluski na mleku, grahamka 40 g, wędlina 20 g , masło 5g, rzodkiewki 10g, pomidor 10g

 herbata z cytryną 200 g

O zupa ogórkowa z ryżem 250 g

 Podudzie z kurczaka pieczone 1 szt, ziemniaki 120g, mini marchewki 80g Woda z cytryną 200 ml

 P kluski leniwe 200g, sok jabłkowy 200g

Alergeny: 1,3,7,9

**18.04.2024** S kanapka 40 g, masło 5 g, wędlina 20g,sałata 3 g, pomidor 20g, kakao 200 g

 O zupa pomidorowa z makaronem 250 g

 Pulpety w sosie koperkowym 80g, ziemniaki 120g, surówka z buraków 80g,

 Woda z pomarańczą 200 ml,

P biszkopty 25g, mus jabłkowy 100g

Alergeny: 1,3,7,9

**19.04.2024** **S** płatki kukurydziane na mleku 200 g, kanapka 30g, masło 5g, jajko 30 g/ser żółty 15g,rukola, rzodkiewki/ogórek zielony 20g, herbata z cytryną 200 g

 **O** zupa zacierkowa 250 g

 Filet z mintaja panierowany 80g, ryż 120g, surówka z kapusty pekińskiej 80g

 Woda z cytryna 200 ml,

**P** ciasto marchewkowe 70g, herbata miętowa 200g

Alergeny:1,3,4,7,9

=====================================================================================

22.04.2024 S pieczywo mieszane 40g, masło 5g, sałata 3g, wędlina 20g, pomidor/ogórek kw 20g

 bawarka 200g

 O zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 250 g

 Kluski leniwe 200g, herbata owocowa 200 ml

 P ciasteczka maślane 50g, winogrona 50g, woda mineralna n/g 200g

Alergeny: 1,3,7,9

23.04.2024 S kasza manna na mleku 200g, grahamka 40g, masło 5g, sałata 3g

 Pasta z jajek 30g, rzodkiewki 15g, herbata z cytryną 200g

 O krupnik z kaszy jęczmiennej 250 g

 Kotlet schabowy 80g, ziemniaki 120g, surówka wielowarzywna 80g,

 Kompot z wiśni mrożonych 200 ml

P pierogi z serem 200g, kawa inka 200g

Alergeny: 1,3,7,9

24.04.2024 S kajzerka 40g masło 5g, wędlina 20 g, sałata 3g, pomidor 20g, kakao 200g

 O zupa jarzynowa z ziemniakami 250 g

 Naleśniki kebab 1,5 szt, ogórek małosolny 50g

 Woda z cytryną 200g

P arbuz 100g, sok jabłkowy 200g

Alergeny: 1,3,7,9

25.04.2024 S płatki owsiane na mleku, grahamka 40 g, pasta z tuńczyka 20 g ,

masło, rukola 5g, rzodkiewki 10g, herbata z cytryną 200 g

O zupa pomidorowa z ryżem 250 g

 Kotlet de volaille 80g, ziemniaki 120g, surówka z kapusty i warzyw 80g, woda z cytryną 200 ml

 P truskawki 100g, herbatniki

Alergeny: 1,3,4,7,9

26.04.2024 S płatki granola na mleku 200g, zapiekanka z serem żółtym, pomidor 20g, herbata z cytryną 200 g

 O barszcz biały z makaronem 250 g

 ryba 80 g w jarzynach 50g, ziemniaki 120g, woda mineralna n/g 200 ml

 P chałka 40g z dżemem 10g, pomarańcza ½ herbata miętowa 200g

Alergeny: 1,3,4,7,9

 Legenda **S**- śniadanie

**O** - obiad

 **P** – podwieczorek