

**LISTOPAD**

DATA	ZUPA (NIELIMITOWANA)	II DANIE	NAPOJE DO II DANIA (NIELIMITOWANE)	ZDROWY DESER
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 05.11.2018	<b>JARZYNOWA</b> włoszczyzna (100g), ziemniaki (50g), brukselka (40g), groszek zielony (30g) przyprawy: lubczyk, pieprz czarny	<b>MAKARON ŚWIDERKI Z MUSEM Z TRUSKAWEK I JOGURTU Z BIAŁYM SEREM</b> makaron świderki(100 g), truskawki (70 g), ser twarogowy(50 g), jogurt naturalny(40 g);	<b>KOMPOT WELOOWOCOWY</b>  <b>WODA Z CYTRYNĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
DATA	9	1,7	-	-
<b>WTOREK</b> 06.11.2018	<b>OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI</b> włoszczyzna (75g), ogórek kwaszony (50g), ziemniaki (100g), śmietana 9% (10g), koperek (2g); przyprawy: lubczyk, pieprz czarny	<b>SCHAB PIECZONY W ZIOŁACH Z SUSZONYMI MOREALMI I ŚLIWKAMI</b> schab (100g), suszone morele (5g); suszone śliwki (5g) przyprawy :tymianek, lubczyk, majeranek, rozmaryn; <b>KASZA GRYCZANA</b> (100g) <b>BURACZKI</b> buraki (100g), sok z cytryny	<b>NATURALNY SOK JABŁKOWY</b>  <b>WODA Z CYTRYNĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
ALERGENY	7,9	-	-	-
<b>ŚRODA</b> 07.11.2018	<b>FASOŁOWA</b> fasola Jaś karłowy (40g), włoszczyzna (50g), ziemniaki (30g), olej słonecznikowy (5g); przyprawy: liść laurowy, majeranek, lubczyk, czarny pieprz, czosnek;	<b>DROBIOWY KOTLET MIELONY</b> mięso z kurczaka (90g), bułka tarta (10g), jajko (10g), otręby pszenne (5g), przyprawy: pieprz biały, olej rzepakowy; <b>ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM</b> (150g) <b>SALATA MASŁOWA ZE ŚMIETANĄ</b> (60g)	<b>KOMPOT WELOOWOCOWY</b>  <b>WODA Z POMARAŃCZĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
ALERGENY	9	1,3,7	-	-
<b>CZWARTEK</b> 08.11.2018	<b>POMIDOROWA MAKARONEM</b> włoszczyzna (75g), przecier pomidorowy (15g), śmietana 9% (20g), makaron (30g) przyprawy: lubczyk, pieprz czarny, liść laurowy	<b>GYROS WIEPRZOWY Z CEBULKĄ</b> Mięso wieprzowe (100g), cebula (20g), przyprawy: czarny pieprz, czosnek, kolendra, papryka słodka, chili, oregano, tymianek, olej rzepakowy; <b>RYŻ PARABOLICZNY</b> (100g) <b>GRECKI DIP TZATZIKI Z OGÓRKA ZIEŁONEGO I JOGURTU</b> Ogórek zielony (30g), czosnek (5g), jogurt naturalny (30g), oliwa z oliwek (5g), czarny pieprz	<b>KOMPOT WELOOWOCOWY</b>  <b>WODA Z CYTRYNĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
ALERGENY	1,9	7	-	-
<b>PIĄTEK</b> 09.11.2018	<b>BARSZCZ CZERWONY</b> buraki (60g), marchewka (10g), pietruszka (10g), por (10g), przyprawy: lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz czarny, sok z cytryny	<b>PANIEROWANY FILET Z MIRUNY</b> miruna (100g), bułka tarta (5g), jajko (5g), przyprawy: pieprz biały, olej rzepakowy; <b>ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM</b> (150g) <b>KAPUSTA KISZONA Z MARCHEWKĄ I JABŁKIEM</b> kwaszona kapusta (60g), marchew (20g), jabłko (20g), oliwa z oliwek (5g);	<b>NATURALNY SOK JABŁKOWO WIŚNIOWY</b>  <b>WODA Z POMARAŃCZĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
ALERGENY	-	1,3,4,7	-	-

**CODZIENNIE DZIECI MOGĄ KORZYSTAĆ Z BARKU ZE ŚWIEŻYMI WARZYWAMI DO II DANIA (ZAMIENNIE: POMIDOR, SAŁATA, OGÓREK ZIELONY, MARCHEWKA, PAPRYKA)**

DATA	ZUPA (NIELIMITOWANA)	II DANIE	NAPOJE DO II DANIA (NIELIMITOWANE)	ZDROWY DESER
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 12.11.2018	<b>12 LISTOPADA – DZIEŃ WOLNY</b>			
<b>WTOREK</b> 13.11.2018	<b>KAPUŚNIACZEK Z KWASZONEJ KAPUSTY</b> włoszczyzna (75g), kapusta kwaszona (50g), ziemniaki (40g), olej rzepakowy (5g); przyprawy: lubczyk, pieprz czarny	<b>LECZO Z INDIKIEM</b> indyk (80g), cukinia (30g), bakłażan (20g), marchewka (10g), dynia(10g), papryka żółta (10g), papryka czerwona (10g), cebula (10g), olej rzepakowy (5g); przyprawy: zioła prowansalskie, pieprz czarny; <b>KASZA KUSKUS</b> (100g)	<b>NATURALNY SOK JABŁKOWY</b>  <b>WODA Z CYTRYNĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
ALERGENY	9	1,3,7	-	-
<b>ŚRODA</b> 14.11.2018	<b>GROCHOWA</b> groch łuskany (40g), włoszczyzna (50g), ziemniaki (30g), olej słonecznikowy (5g); przyprawy: liść laurowy, majeranek, lubczyk, czarny pieprz, czosnek;	<b>STRIPSY Z KURCZAKA W CHRUPIĄCEJ KUKURYDZIANEJ PANIERCE</b> Pierś z kurczaka (90g), płatki kukurydziane (10g), jajko(10g); przyprawy :pieprz; <b>ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM</b> (150g) <b>SURÓWKA COLESLAW</b> kapusta biała (60g), cebula (10g) , marchew (10g), jogurt naturalny (10g), miód (5g); przyprawy : sok z cytryny, pieprz;	<b>KOMPOT WELOOWOCOWY</b>  <b>WODA Z POMARAŃCZĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
ALERGENY	9	-	-	-
<b>CZWARTEK</b> 15.11.2018	<b>ROSÓŁ Z MAKARONEM</b> włoszczyzna (75g), kurczak (50g), makaron dwujajeczny nitki (30g), natka pietruszki (3g); przyprawy: lubczyk, kozieradka, jałowiec, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz czarny;	<b>PULPECIKI À LA GOŁĄBKI W SOSIE POMIDOROWYM</b> mięso mielone wieprzowe (80g), bułka tarta (5g), jajko (3g), kapusta włoska (20g), ryż(10g); pomidory (50g); Przyprawy: koperek <b>ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM</b> (150g)	<b>KOMPOT WELOOWOCOWY</b>  <b>WODA Z CYTRYNĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
ALERGENY	1,3,9	1,3	-	-
<b>PIĄTEK</b> 16.11.2018	<b>KRUPNIK Z KASZY JĘCZMIENNEJ</b> włoszczyzna (75g), kasza jęczmienna (15g), ziemniaki (30g), masło (5g), koper (10g); przyprawy: lubczyk, pieprz czarny;	<b>NALEŚNIKI Z BIAŁYM SEREM I WIŚNIĄ POLANE JOGURTEM NATURALNYM</b> mąka gryczana (60g), mąka pszenna (40g), mleko 2% (50ml), jajko (20g), masło (5g), ser twarogowy (110g), wiśnia (10g), jogurt naturalny (30g)	<b>KOMPOT WELOOWOCOWY</b>  <b>WODA Z POMARAŃCZĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
ALERGENY	1,7,9	1,3,7	-	-

CODZIENNIE DZIECI MOGĄ KORZYSTAĆ Z BARKU ZE ŚWIEŻYMI WARZYWAMI DO II DANIA (ZAMIENNIE: POMIDOR, SAŁATA, OGÓREK ZIELONY, MARCHEWKA, PAPRYKA)

## LISTOPAD

DATA	ZUPA (NIELIMITOWANA)	II DANIE	NAPOJE DO II DANIA (NIELIMITOWANE)	ZDROWY DESER
<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>19.11.2018</b>	<b>NEAPOLITAŃSKA Z MAKARONEM ZWIERZACZKI</b> Włoszczyzna (50g), serki topione (50), kurczak tuszka (15g), śmietana 9% (10g), makaron zwierzaczki (30g) przyprawy: czarny pieprz, lubczyk, natka pietruszki	<b>RYŻ Z KURCZAKIEM I WARZYWAMI PO CHIŃSKU</b> kurczak (100g), ryż paraboliczny (80g); marchewka (20g), groszek zielony (10g), kukurydza (10g); przyprawy: curry, kurkuma, pieprz; <b>SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY I MARCHEWKI</b> (100g)	<b>KOMPOT WELOOWOCOWY</b>  <b>WODA Z CYTRYNĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
ALERGENY	1,7,9	9	-	-
<b>WTOREK</b> <b>20.11.2018</b>	<b>ZUPA Z SOCZEWICY</b> włoszczyzna (75g), soczewica czerwona (30g), sok pomidorowy (100g); przyprawy: majeranek, pieprz, lubczyk, liść laurowy	<b>KOTLET SCHABOWY</b> schab (100g), bułka tarta (15g), jajko (10g), przyprawy: pieprz biały, olej rzepakowy; <b>ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM MIZERIA</b> (150g) ogórek zielony (50g), kapusta pekińska (20g), jogurt naturalny (10g), przyprawy : sok z cytryny, pieprz;	<b>NATURALNY SOK JABŁKOWY</b>  <b>WODA Z CYTRYNĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
ALERGENY	9	1,3	-	-
<b>ŚRODA</b> <b>21.11.2018</b>	<b>KREM Z BATATÓW Z GRZANKAMI</b> Ziemniak słodki batat (80g), marchew (20g), pietruszka (10g), cebula(10g), czosnek (5g) (10g) mleko kokosowe (10g), grzanki(10g), przyprawy: curry, imbir świeży, liście kafiru;	<b>KLUSKI LENIWE POD OWOCOWĄ PIERZYŃKĄ</b> Ser twarogowy tłusty (120g), mąka pszenna (50g), jajko (20g), jogurt naturalny (15g), brzoskwinia (20g), pomarańcza (20g); Do posypania: cynamon;	<b>KOMPOT WELOOWOCOWY</b>  <b>WODA Z POMARAŃCZĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
ALERGENY	1	1,3,7	-	-
<b>CZWARTEK</b> <b>22.11.2018</b>	<b>POMIDOROWA MAKARONEM</b> włoszczyzna (75g), przecier pomidorowy (15g), śmietana 9% (20g), makaron (30g) przyprawy: lubczyk, pieprz czarny, liść laurowy	<b>CHILI CON CARNE Z WOŁOWINY</b> mięso wołowe (60g), fasola czerwona (30g), kukurydza (15g), pomidory (20), cukinia (20g), olej rzepakowy (5g), cebula (10g), czosnek (3g); przyprawy: zioła prowansalskie, kmin rzymski, oregano, słodka papryka <b>RYŻ PARABOLICZNY</b> (100g) <b>SURÓWKA Z POMIDORA I SAŁATY</b> pomidor (40g), sałata lodowa (30g), oliwa z oliwek (5g); przyprawy: bazylija, sok z cytryny	<b>KOMPOT WELOOWOCOWY</b>  <b>WODA Z CYTRYNĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
ALERGENY	1,9	-	-	-
<b>PIĄTEK</b> <b>23.11.2018</b>	<b>OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI</b> włoszczyzna (75g), ogórek kwaszony (50g), ziemniaki (100g), śmietana 9% (10g), koperek (2g); przyprawy: lubczyk, pieprz czarny	<b>MAKARON KOLOROWY Z PIECZONYM ŁOSOSIEM I WARZYWAMI</b> łosoś (70g), makaron świderki 3 kolory (80g), kalafior (30g), brokuł (10g), marchewka(20g), kukurydza(5g), oliwa z oliwek (5g), czosnek(5g), oliwa z oliwek (5g); przyprawy: sok z cytryny, tymianek, pieprz;	<b>NATURALNY SOK JABŁKOWO WIŚNIOWY</b>  <b>WODA Z POMARAŃCZĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
ALERGENY	7,9	1,4	-	-

CODZIENNIE DZIECI MOGĄ KORZYSTAĆ Z BARKU ZE ŚWIEŻYMI WARZYWAMI DO II DANIA  
(ZAMIENNIE: POMIDOR, SAŁATA, OGÓREK ZIELONY, MARCHEWKA, PAPRYKA)

## LISTOPAD

DATA	ZUPA (NIELIMITOWANA)	II DANIE	NAPOJE DO II DANIA (NIELIMITOWANE)	ZDROWY DESER
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 26.11.2018	<b>POROWO-ZIEMNIACZANA</b> włoszczyzna (75g), por (50g), ziemniaki (50g), masło (5g), śmietana 9% (10g), natka pietruszki (2g); przyprawy: czosnek;	<b>GULASZ Z INDYKA PO WĘGIERSKU</b> indyk (90g), papryka czerwona(20g), papryka żółta(10g) cebula (10g), marchew (10g), olej rzepakowy (5g), czosnek przyprawy: liść laurowy, pieprz, papryka; <b>KASZA JĘCZMIENNA (80g)</b> <b>OGÓRKI KISZONE (80g)</b>	<b>KOMPOT WELOOWOCOWY</b>  <b>WODA Z CYTRYNĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
ALERGENY	7,9	1	-	-
<b>WTOREK</b> 27.11.2018	<b>ROSÓŁ Z MAKARONEM</b> włoszczyzna (75g), kurczak (50g), makaron dwujajeczny nitki (30g), natka pietruszki (3g); przyprawy: lubczyk, kozieradka, jałowiec, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz czarny;	<b>KOTLET MIELONY</b> Mięso wieprzowe (100g), bułka tarta (10g), jajko (10g), przyprawy: pieprz biały, olej rzepakowy; <b>ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM (150g)</b> <b>MARCHEWKA Z GROSZKIEM</b> marchewka (60g), groszek(20g),	<b>NATURALNY SOK JABŁKOWY</b>  <b>WODA Z CYTRYNĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
ALERGENY	1,3,9	1,3	-	-
<b>ŚRODA</b> 28.11.2018	<b>BROKUŁOWA Z GRZANKAMI</b> włoszczyzna (50g), brokuł (70g), ziemniak (10g), śmietana 9% (10g), masło (5g); przyprawy: gałka muskatołowa, pieprz, grzanki (10g);	<b>ESKALOPKI Z KURCZAKA Z SEREM</b> pierś z kurczaka (100g), ser żółty (10g); przyprawy: tymianek; <b>ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM (150g)</b> <b>FASOLKA SZPARAGOWA (80g);</b>	<b>KOMPOT WELOOWOCOWY</b>  <b>WODA Z POMARAŃCZĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
ALERGENY	1,7,9	7	-	-
<b>CZWARTEK</b> 29.11.2018	<b>BARCZ UKRAIŃSKI</b> włoszczyzna (75g), burak ćwikłowy (60g), fasola czerwona (30g), ziemniaki (60g), śmietana 9% (10g); przyprawy: sok z cytryny, czarny pieprz, majeranek	<b>SPAGHETTI BOLOGNESE</b> makaron spaghetti durum (70g), mięso mielone wołowo-wieprzowe (60g), marchew (30g), pomidory(50g); przyprawy: bazylija, oregano	<b>NATURALNY SOK JABŁKOWO WIŚNIOWY</b>  <b>WODA Z CYTRYNĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
ALERGENY	7,9	1,3	-	-
<b>PIĄTEK</b> 30.11.2018	<b>WARZYWNA ŻÓŁTA</b> włoszczyzna (50g), kalafior (50g), kukurydza konserwowa (20g), żółta papryka (20g), fasolka szparagowa żółta (20g), koperek; przyprawy: sok z cytryny, czarny pieprz;	<b>RYŻ Z JABŁKIEM PRAŻONYM W SOSIE JOGURTOWYM Z CYNAMONEM</b> jabłko prażone (100g), ryż paraboliczny (100g), jogurt naturalny (60g); do posypania : cynamon;	<b>KOMPOT WELOOWOCOWY</b>  <b>WODA Z POMARAŃCZĄ I MIĘTĄ</b>	<b>OWOC SEZONOWY</b>
ALERGENY	9	7	-	-

### INFORMACJE DOTYCZĄCE ALERGENÓW

Zgodnie z obowiązkiem wynikającym z Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE)

**CODZIENNIE DZIECI MOGĄ KORZYSTAĆ Z BARKU ZE ŚWIEŻYMI WARZYWAMI DO II DANIA (ZAMIENNIE: POMIDOR, SAŁATA, OGÓREK ZIELONY, MARCHEWKA, PAPRYKA)**

## LISTOPAD

nr 1169/2011 przekazywać będziemy Państwu informacje na temat obecnych w podawanej żywności składników i innych substancji mogących powodować alergie i nietolerancje pokarmowe.

### WYKAZ SUBSTANCJI I PRODUKTÓW POWODUJĄCYCH ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI

(pod datami są zamieszczone numery alergenów występujących w potrawach)

#### Wykaz substancji i produktów powodujących alergie lub reakcje nietolerancji

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne, z wyjątkiem:
  - a) syropów glukozowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę ( 1 );
  - b) maltodekstryn na bazie pszenicy ( 1 );
  - c) syropów glukozowych na bazie jęczmienia;
  - d) zbóż wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;
2. Skorupiaki i produkty pochodne;
3. Jaja i produkty pochodne;
4. Ryby i produkty pochodne, z wyjątkiem:
  - a) żelatyny rybnej stosowanej jako nośnik preparatów zawierających witaminy lub karotenoidy;
  - b) żelatyny rybnej lub karuku stosowanych jako środki klarujące do piwa i wina;
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;
6. Soja i produkty pochodne, z wyjątkiem:
  - a) całkowicie rafinowanego oleju i tłuszczu sojowego (1);
  - b) mieszaniny naturalnych tokoferoli (E306), naturalnego D-alfa-tokoferolu, naturalnego octanu D-alfa-tokoferolu, naturalnego bursztynianu D-alfa-tokoferolu pochodzenia sojowego;
  - c) fitosteroli i estrów fitosteroli otrzymanych z olejów roślinnych pochodzenia sojowego;
  - d) estru stanolu roślinnego produkowanego ze steroli olejów roślinnych pochodzenia sojowego;
7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), z wyjątkiem:
  - a) serwatki wykorzystywanej do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego,
  - b) laktitolu;
8. Orzechy, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;
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 SO<sub>2</sub> 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.