

		poniedziałek, 12 października	wtorek, 13 października	środa, 14 października	czwartek, 15 października	piątek, 16 października
OBIAD - ZUPA		barszcz ukraiński czerwony alergeny: 7, 9	kalafiorowa z ziemniakami alergeny: 7, 9	ogórkowa z kiszonych ogorków z ziemniakami alergeny: 7, 9	żurek z ziemniakami i kiełbasą alergeny: 1, 7, 9	rosół z makaronem alergeny: 1, 3
BG	dieta eliminująca gluten	b. z.	b.z.	b.z.	ziemniaczana alergeny: 7	makaron bezglutenowy
BM	dieta bezmleczna	niezabielana	niezabielana	niezabielana	niezabielany	b.z.
W	wegetariańska	barszcz wegetariański	kalafiorowa wegetariański	ogórkowa wegetariańska	żurek bez kiełbasy	rosół wegetariański na bulionie warzywnym
OBIAD - DRUGIE DANIE	standard	kociótek wieprzowy z pomidorami 120 g alergeny: 1	filet z piersi kurczaka panierowany 90 g alergeny: 1, 3	lasagne na mięsie wieprzowym z pomidorami i sosem beszamelowym 300 g alergeny: 1, 3, 7	kotlet drobiowy pieczony w sosie własnym 120 g alergeny: 1, 3	kluski leniwe z sosem truskawkowym 300 g alergeny: 1, 3, 7
dodatek skrobiowy		kasza gryczana 150 g	ziemniaki 150 g	(makaron w daniu)	ziemniaki 150 g	(kluski leniwe)
dodatek warzywny		ogórek kiszony w plasterkach 100 g alergeny: brak	surówka z kapusty białej z marchewką 100 g alergeny: 3, 9	(warzywa w daniu)	marchewka z groszkiem 100 g alergeny: brak	(owoce w daniu)
BG	dieta eliminująca gluten	b. z.	kotlet bg	makaron bg, sos serowy	kotlet bg	kluski śląskie
BM	dieta bezmleczna	b. z.	b. z.	sos ala beszamelowy na napoju roślinnym	b. z.	kluski śląskie
W	wegetariańska	kaszotto gryczane z kolorowymi warzywami i sosem pomidorowym	ziemniaki i warzywa (marchewka, kalarepa, brokuł, kalafior) zapekane z sosem śmietanowo - koperkowym	lasagne ze szpinakiem z sosem pomidorowym	placki z cukinii i ziemniaków	b. z.

alergeny: 1. Zboża zawierające **gluten** (tj. **pszenica, żyto, jęczmień, owies**, orkisz, kamut lub ich szczepu hybrydowe) i produkty pochodne 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. **Jajka** 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 8. Orzechy tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, nerkowce, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje, orzechy makadamie lub orzechy Queensland i produkty pochodne 9. **Seler zwyczajny** 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/l w przeliczeniu na SO2 13. Łubin i produkty pochodne 14. Mięczaki i produkty pochodne

** podane gramatury opracowane zostały dla dzieci szkolnych w klasach 1-3 i "zerówkowych **