

MARZEC 2023

Dzień	Zupa	II danie
20.03.2023	Kalafiorowa z ziemniakami (7,9) – 250 ml <small>(mięso drobiowe, kalafior, ziemniaki, śmietana. Wywar warzywny: marchew, seler, pietruszka, por. Przyprawy: sól, pieprz naturalny, liść laurowy, ziele angielskie, natka pietruszki)</small>	Makaron ze szpinakiem i szyneczką w sosie śmietanowym (1,3,7) – 250 g Pomidor koktajlowy - 80 g Herbata miętowa z cytryna -200 ml Mandarynka
21.03.2023	Grycikowa (9) - 250 ml <small>(mięso drobiowe, kasza manna. Wywar warzywny: marchew, seler, pietruszka, por. Przyprawy: sól, pieprz naturalny, liść laurowy, ziele angielskie, natka pietruszki)</small>	Udko kurze pieczone w piecu konwekcyjnym – 250 g Ziemniaki puree z koperkiem (7) Ogórek kiszony – 1 szt Kompot wielowocowy – 200 ml (śliwka, truskawka, jabłka, porzeczka)
22.03.2023	Pomidorowa z makaronem literki (1,3,7,9) -250 ml <small>(mięso drobiowe, koncentrat pomidorowy, makaron(pszenica, jajko), śmietana . Wywar warzywny: marchew, seler, pietruszka, por. Przyprawy: sól, pieprz naturalny, liść laurowy, ziele angielskie, natka pietruszki, majeranek, kurkuma</small>	Racuchy z jabłkiem (1,3,7) – 3 szt Banan Kompot z czarnej porzeczki – 250 ml
23.03.2023	Ogórkowa (7,9) – 250 ml <small>(mięso wieprzowe, ogórki kiszone, ziemniaki, śmietana. Wywar warzywny: marchew, seler, pietruszka, por. Przyprawy: sól, pieprz naturalny, liść laurowy, ziele angielskie, natka pietruszki)</small>	Pulpety drobiowe w sosie pomidorowym (1,3) – 100 g Kasza jęczmienna (1) – 150 g Brokuł – 80 g Herbata owocowa – 200 ml
24.03.2023	Fasolowa (9) – 250 ml <small>(mięso drobiowe, fasola, ziemniaki. Wywar warzywny: marchew, seler, pietruszka, por. Przyprawy: sól, pieprz naturalny, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, natka pietruszki)</small>	Ryba po grecku (4)- 180 g Ziemniaki puree z koperkiem (7)- 150 g Kompot z truskawek – 200 ml

Pogrubiona czcionka oznacza alergen zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011

1. Ziarna zbóż zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut i ich pochodne);
2. Skorupiaki i produkty pochodne;
3. Jaja i produkty pochodne;
4. Ryby i produkty pochodne;
5. Orzeszki ziemne (arachidowe);
6. Soja i produkty pochodne;
7. Mleko i produkty pochodne (w tym laktoza);
8. Orzechy (migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje, orzechy makadamia, orzechy Queensland i produkty pochodne);
9. Seler i produkty pochodne;
10. Gorczyca i produkty pochodne;

11. Nasiona sezamu i produktu pochodnego;
12. Dwutlenek siarki i siarczany;
13. Łubian i produkty pochodne;
14. Mięczaki i produkty pochodne;

Jadłospis opracowany zgodnie z zaleceniami Instytutu Żywności i Żywienia. 75 % normy całodniowej dla dziecka w wieku 3-6 lat. Opracowanie: dietetyk kliniczny Jolanta Link

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz wędlin) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka, jaj, soi, orzechów, selera, gorczycy.