

## ALERGENY

Zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady Nr 1169/2011 w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności, które ze szczególnym uwzględnieniem alergenów, muszą być łatwo dostępne tak, aby rodzic miał świadomość, że w odniesieniu do danej żywności występują kwestie związane z alergiami i nietolerancją pokarmową. W związku z powyższym pod każdym daniem w jadłospisie znajdują Państwo numer alergenu jaki zawiera to danie, a przy jadłospisie podany jest spis alergenów.

Numer alergenów występujących w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, pszenica kamut)
2. Skorupiaki i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
3. Jaja i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
4. Ryby i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
5. Orzeszki ziemne (arachidowe i produkty przygotowane na ich bazie)
6. Soja i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
7. Mleko i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
8. Orzechy (migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy oraz produkty przygotowane na ich bazie)
9. Seler i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
10. Gorczyca i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin (produkty przygotowane na ich bazie)
14. Mięczaki (produkty przygotowane na ich bazie)

Do przygotowania posiłków używane są m.in. przyprawy:

sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, majeranek, rozmaryn, cukier waniliowy.

Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości:

glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorzczyca.

**08.04.2026** (środa)**► Obiad (676kcal)**

Zupa ziemniaczana400ml (180 kcal)	1 porcja
Risotto z mięsem280g (287 kcal)	1 porcja
Sos pomidorowy80ml (61 kcal)	1 porcja
Surówka z kiszzonego ogórka100g (115 kcal)	1 porcja
Kompot200ml (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9\*

**09.04.2026** (czwartek)**► Obiad (733kcal)**

Zupa pomidorowa z makaronem400ml (131 kcal)	1 porcja
Filet z indyka pieczony60g w sosie własnym 60ml (225 kcal)	1 porcja
Kasza jęczmienna150g (201 kcal)	1 porcja
Surówka z buraka100g (143 kcal)	1 porcja
Kompot200g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9\*

**10.04.2026** (piątek)**► Obiad (983kcal)**

Zupa kalafiorowa z parmezanem400ml (176 kcal)	1 porcja
Kotleciki rybne w chrupiącej złotej panierce z piekarnika100g (568 kcal)	1 porcja
Surówka z kapusty kiszzonej z jabłkiem100g (102 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem200g (104 kcal)	1 porcja
Kompot wieloowocowy200ml (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,4,7,9\*


**13.04.2026 (poniedziałek)**
**► Obiad (823kcal)**

Zupa jarzynowa z ziemniakami400ml (235 kcal)	1 porcja
Surówka z jabłkiem , marchewką , jogurtem naturalnym100g (48 kcal)	1 porcja
Ryż150g (52 kcal)	1 porcja
Gulasz drobiowy z szpinakiem 180ml (455 kcal)	1 porcja
Kompot200g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,9\*


**14.04.2026 (wtorek)**
**► Obiad (732kcal)**

Bulion wołowy z zacierkami400ml (269 kcal)	1 porcja
Potrąwka z gotowanej wołowiny z warzywami80g (269 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem200g (104 kcal)	1 porcja
Salata lodowa z marchewką ,kiefkami i sosem winegret100g (57 kcal)	1 porcja
Kompot200ml (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9\*


**15.04.2026 (środa)**
**► Obiad (894kcal)**

Żurek z ziemniakami400ml (234 kcal)	1 porcja
Pełnoziarniste spaghetti bolognese160ml (527 kcal)	1 porcja
Kompot200ml (33 kcal)	1 porcja
OWOC (100kcal)	100g

ALERGENY 1,7,9\*

**16.04.2026** (czwartek)**► Obiad (784kcal)**

Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml (168 kcal)	1 porcja
Kasza kuskus 150g (226 kcal)	1 porcja
Drobiowe pulpety w sosie koperkowym 100g (177 kcal)	1 porcja
Surówka z czerwonej kapusty 100g (180 kcal)	1 porcja
Kompot 200ml (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9\*

**17.04.2026** (piątek)**► Obiad (850kcal)**

Barszcz ukraiński 400ml (218 kcal)	1 porcja
Kluski leniwe z masłem i cukrem trzcinowym (545 kcal)	1 porcja
Kompot 200g (33 kcal)	1 porcja
Mus 100% banan jabłko Kubuś (54kcal)	1 sztuka (100g)

ALERGENY 1,7,9\*