

Jadłospis w dniach 13.11.2018 – 16.11.2018

	Menu	Gramatura
13.11.2018 Wtorek	OBIAD: zupa – barszcz biały na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z ziemniaki risotto z kurczakiem I warzywami – groszek zielony, kukurydza, marchewka koktailowa kompot z czarnej porzeczki,	300ml 340g 200ml, Wartość energetyczna całego posiłku: 910 kcal
14.11.2018 Środa	OBIAD: zupa – rosół drobiowo – jarzynowy*** z makaronem**/*****, marchewką I zieloną pietruszką pieczeń wieprzowa w sosie mięsnym**/*, ziemniaki, surówka z marchwii z oliwą z oliwek kompot z owoców mieszanych	300ml 100g,180g,100g 200ml, Wartość energetyczna całego posiłku: 890 kcal
15.11.2018 Czwartek	OBIAD: zupa - barszcz czerwony na wywarze mięsno – jarzynowym***, z ziemniakami gulasz z indyka**/*, makaron**/*****, surówka białej kapusty z dodatkiem świeżych warzyw zielonych z oliwą z oliwek kompot owocowy z truskawek,	300 ml 100g,180g,100g 200ml, Wartość energetyczna całego posiłku: 870 kcal
16.11.2018 Piątek	OBIAD: zupa - brokułowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z grysikiem** ryba ****panierowana**/***** smażona metodą beztłuszczową, ziemniaki, marchewka gotowana z groszkiem zielonym zasmażana** kompot owocowy z owoców leśnych,	300 ml 100g,180g,100g 200 ml,Wartość energetyczna całego posiłku:880 kcal

- ✓ Jadłospis skomponowany jest zgodnie z zapotrzebowaniem kalorycznym i energetycznym dla grupy wiekowej 3-5;6-13 lat.
- ✓ Dania wytwarzamy z zawsze świeżych i pełnowartościowych produktów.
- ✓ Do przyprawiania potraw używa się: soli (w ilości dozwolonej), cukru (w ilości dozwolonej), pieprzu naturalnego, papryki mielonej, czosnku świeżego i mielonego, oraz ziół świeżych i suszonych.
- ✓ Do przygotowania dań nie używa się barwników, konserwantów, ulepszczy smaku, i wszelkich innych dodatków nie dozwolonych w żywieniu grupy wiekowej 3-5 lat; 6-13 lat.
- ✓ Jadłospisy są sporządzane przy konsultacji dietetyka mgr Doroty Płonka.
- ✓ Jadłospis jest sporządzony zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z 26 lipca 2016.

ALERGENY

*	**	***	****	*****	*****	*****	*****	*****
mleko/nabiał	gluten	seler	ryby	jaja kurze	gorczyca	orzechy	sezam	soja
								
Pozostałe alergeny z listy 13 podstawowych alergenów, czyli: skorupiaki, mięczaki, lubin, dwutlenek siarki nie są zawarte w oferowanych przez nas produktach ani daniach.								