**Lista alergenów**

**Alergen Nr 1** – zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) oraz produkty pochodne.

**Alergen Nr 2** – skorupiaki i produkty pochodne.

**Alergen Nr 3** – jaja i produkty pochodne.

**Alergen Nr 4** – ryby i produkty pochodne.

**Alergen nr 5** – orzeszki ziemne, orzechy arachidowe i produkty pochodne.

**Alergen Nr 6** – soję i produkty pochodne.

**Alergen Nr 7** – mleko i produkty pochodne.

**Alergen Nr 8** – orzechy tj. migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca     brazylijskie, pistacjowe i produkty pochodne.

**Alergen Nr 9** – seler i produkty pochodne.

**Alergen Nr 10** – nasiona sezamu i produkty pochodne.

**Alergen Nr 11** – dwutlenek siarki i siarczany w stężeniach powyżej 10mg/kg lub 10mg/w przeliczeniu na S02

**Alergen Nr 12** – łubin i produkty pochodne.

**Alergen Nr 13** – mięczaki i produkty pochodne.

\*może zawierać śladowe ilości alergenu

**Jadłospis 03.04 – 29.04.2024 klasy 1-8**

03.04.2024 zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem 300 g

 Pierogi z serem i śmietaną 250 g, herbata malinowa 200 ml,

 Mandarynka 1 szt, wafle ryżowe 10g

 Alergeny: 1,3,7,9,

----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

04.04.2024 barszcz czerwony z ziemniakami 300g

 Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ryżem 300g, ananas 70g, woda z cytryną 200 ml

 Alergeny: 7,9

---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

05.04.2024 krupnik ryżowy 300 ml

 Ryba w panierce 100 g, ziemniaki, surówka z kapusty kiszonej 100 g,

 Kompot owocowy 200 ml, jabłko 1 szt

 Alergeny: 1,3,4,9

---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

08.04.2024 kapuśniak ze słodkiej kapusty 300 g

 Makaron z serem 250 g, polewa z truskawek 50 g, herbata malinowa 200 ml, banan

 Alergeny: 1,3,7,9

09.04.2024 krupnik z kaszy jaglanej 300 g

 Duszona pierś z indyka 100g w sosie pieczarkowym 30 g, ziemniaki 150g,

 surówka z kapusty czerwonej 100g, jabłko 1 szt, woda z pomarańczą i miętą 200 ml

Alergeny: 1,7,8,

---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

10.04.2024 zupa ziemniaczana 300 g

 Bitki wołowe z cebulką 100 g kasza gryczana 150 g, sałata z oliwą 50 g

 Woda z cytryną 200 ml, banan 1 szt

 Alergeny: 1,3,7,9

-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

11.04.2024 zupa koperkowa z ziemniakami 300 g

 Spaghetti z mięsem w sosie pomidorowym 250 g, kompot owocowy 200 ml,

 Actimel 100 g, gruszka 1 szt

 Alergeny: 1,3,7,9

-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

12.04.2024 barszcz ukraiński 300 ml

Kotlet z jajka 100g, ziemniaki 150g, surówka wiosenna 100g, woda z cytryną 200 ml

Ciastka maślane 50g

 Alergeny: 1,3,7,9

------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

15.04.2024 zupa grochowa z ziemniakami 300 g

 Naleśniki z serem 200g, jogurt owocowy 150g, herbata malinowa 200g

 Alergeny: 1,3,7,9

-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

16.04.2024 zupa pieczarkowa z makaronem 300g

 Kotlet mielony wieprzowy 100 g, ziemniaki 150 g, kalafior w sosie beszamel 100 g

 Woda mineralna n/g 200 ml, jabłko 1 szt

 Alergeny: 1,3,7,9

-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

17.04.2024 zupa ogórkowa 300 g

 Podudzie z kurczaka pieczone 1 szt, ziemniaki 150 g, mini marchewki gotowane100 g

 Sok owocowy 200 ml

Alergeny: 7,9

----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

18.04.2024 zupa pomidorowa z makaronem 300 g

 Pulpety w sosie koperkowym 100 g, ziemniaki 150 g, surówka z buraków 100 g

 Woda z pomarańczą i miętą 200 ml

Alergeny:1,3,7,9

---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

19.04.2024 zupa zacierkowa 300 g

 Filet z mintaja panierowany 100 g, ryż 150 g,

surówka z kapusty pekińskiej 100 g, ciasto marchewkowe 70g

 Woda z cytryną 200 ml

 Alergeny: 1,3,4,9

-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

22.04.2024 zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300 g

 Kluski leniwe z bułką i masłem 250 g, winogrona 70g, herbata owocowa 200 ml

Alergeny:1,3,7,9

----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

23.04.2024 Krupnik z kaszy jęczmiennej 300g

 Kotlet schabowy 100g, ziemniaki 150g, surówka z wielowarzywna 100g

 Kompot z wiśni mrożonych 200g

Alergeny: 1,3,7,9

---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

24.04.2024 Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g

 Naleśniki kebab 200g, ogórek małosolny 50g, sok jabłkowy 200g, arbuz 100g

Alergeny: 1,3,7,9

25.04.2024 zupa pomidorowa z ryżem 300g

 Kotlet de volaille 100g, ziemniaki 150g, surówka z kapusty białej i warzyw 100g

 Woda z cytryną i miętą 200g, truskawki 70g

Alergeny: 1,3,7,9

-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

26.04.2024 Barszcz biały z makaronem 300g

 Ryba 100g w jarzynach 80g, ziemniaki 150g, pomarańcza 1 szt, woda mineralna n/g 200 g

Alergeny: 1,3,4,7,9

---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

29.04.2024 Kapuśniak z młodej kapusty 300g

 Knedle z truskawkami 250g, jogurt owocowy 150g

Herbata malinowa 200g

Alergeny:1,3,7,9