|  |  |
| --- | --- |
| Ile dni | 10 |
| termin rozpoczęcia | 2024-12-02 |
| Posiłki | **1.** obiad  |
|  |  |
| Norma na energię dla podanej grupy: | 2172,66 Kcal |
| Wybrane posiłki mają zapewnić % dziennego zapotrzebowania według powyższej normy na energię: | 35% |
| Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z: | **węglowodanów**:60%, **białka**:15%, **tłuszczów**:25% |
|  |
|  |

**2024-12-02 Poniedziałek**

**1. Żurek-1**

**2.Pierogi z tuskawkami-1,3 , jogurt naturalny-7**

**3.Herbata z miodem i cytryną**

**2024-12-03 Wtorek**

|  |
| --- |
| **1.Bigos z ziemniakami-7** |
| **2.Kulki mocy****3.Kompot** |
|  |

**2024-12-04 Środa**

| **1.Zupa ziemniaczana -9****2.Gulasz mięsno warzywny z makaronem-1****3.Kompot,owoc** |
| --- |
| **2024-12-05 Czwartek****1.Zupa pomidorowa z ryżem -7,9****2. Kurczak pieczony, ziemniaki-7,surówka z marchwi i jabłka-7****3. Kompot, bob****2024-12-06 Piątek****1.Rosół z lanym ciastem-1,3,9****2.Łosoś z pieca-4 ziemniaki-7, surówka z białej kapusty-7****3.Kompot, zdrowy „Mikołaj”** |

**2024-12-09 Poniedziałek**

**1.Zupa fasolowa -6,9**

**2.Kluski na parze-1,3,7 polewa truskawkowa**

**3.Herbata z miodem i cytryną**

**2024-12-10 Wtorek**

|  |
| --- |
| **1.Zupa jarzynowa-7,9** |
| **2. Mielony-1,3 , ziemniaki-7, sałatka szwedzka****3.Kompot, Kubuś** |
|  |

**2024-12-11 Środa**

| **1.Zupa szpinakowa z tartym ciastem-1,7,9****2.Piczeń z indyka-1,7 ziemniaki-7, kapusta czerwona gotowana****3.Kompot, owoc** |
| --- |
| **2024-12-12 Czwartek****1. Zupa rybna-6,9****2.Spaghetti bolegnesse-1,7****3. Kompot, owocowe krążki****2024-12-13 Piątek****1.Zupa z kaszy jaglanej-,9****2.Jajko sadzone-, ziemniaki-7,brokuł z sosem czosnkowym-7****3.Woda 500ml** |

W zakładzie używa się: 1-zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, pszenica orkisz, lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne., 2-, Skorupiaki i produkty pochodne3-jajka i produkty pochodne, 4-. Ryba i produkty pochodne , 5--Orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) i produkty pochodne, 6-soja i produkty podobne, 7-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8-Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzech pistacjowy, orzechy makadamia i produkty pochodne., 9-Seler 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 .Zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady Nr 1169/2011 w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności i alergenów