

JADŁOSPIS BURSA

04.12.2023-08.12.2023

	Śniadanie	Alergeny	Kolacja	Alergeny
poniedziałek 4.12.2023	Buleczki pszenne, chleb starosiewierski Masło orzechowe bez cukru, masło, dżem Rogaliki maślane, serek kanapkowy Ser żółty, szynka Płatki pełnoziarniste z mlekiem Pomidor, ogórek, papryka, sałata Herbata owocowa z cukrem, kakao Owoc	1,3,5,8,6,7 11	Kielbasa gotowana z duszoną cebulką Buleczki pszenne, chleb starosiewierski Ser żółty, szynka, masło, dżem Pomidor, papryka, ogórek, rukola, rzodkiewka Herbata z miodem i cytryną Kielbasa gotowana z cebulą 63kcal/100g Tłuszcz 2g Białko 4g Węglowodany 8g	1,3,6,7,11
wtorek 5.12.2023	Buleczki pszenne, chleb słonecznikowy Kiełbaski na gorąco z keczupem Ser żółty, szynka, masło, dżem Płatki pełnoziarniste z mlekiem Pomidor, ogórek, papryka, sałata Herbata miętowa lub zielona, cukier Serek owocowy	1,3,6,7,11	Pieczone udka z piekarnika, mix sałat Buleczki pszenne, chleb słonecznikowy Ser żółty, szynka, masło, dżem Pomidor, papryka, ogórek, rukola Herbata owocowa z cukrem, kawa zbożowa Pieczone udka 174kcal/100g Tłuszcz 7,8g Węglowodany 0g Białko 24,2g	1,3,6,7,11
środa 6.12.2023	Buleczki pszenne, chleb pełnoziarnisty Masło orzechowe bez cukru, masło, dżem Buleczka cynamonowa, mozzarella Turńczyk w sosie pomidorowym Ser żółty, szynka Płatki pełnoziarniste z mlekiem Pomidor, ogórek, papryka, sałata Herbata z miodem i cytryną Owoc	1,3,4,5,8,6 7,11	Zupa jarzynowa z ziemniakami Buleczki pszenne, chleb pełnoziarnisty Ser żółty, szynka, masło, dżem Pomidor, papryka, ogórek, rukola, rzodkiewka Herbata miętowa lub zielona, cukier Zupa jarzynowa 43kcal/100g Tłuszcz 1g Węglowodany 5g Białko 2g	1,3,6,7,9 11
czwartek 7.12.2023	Buleczki pszenne, chleb starosiewierski Twarożek na słodko, dżem, kabanosy Serek pleśniowy, ser żółty, szynka, masło Płatki pełnoziarniste z mlekiem Pomidor, ogórek, papryka, sałata Herbata owocowa z cukrem, kakao Jogurt owocowy	1,3,6,7,11	Smażona ryba (miruna) z ziemniakami i surówką z kiszonej kapusty i marchewki Buleczki pszenne, chleb starosiewierski Ser żółty, szynka, masło, dżem Pomidor, papryka, ogórek, rukola Herbata owocowa z cukrem Smażona ryba 110kcal/100g Tłuszcz 2g Białko 15g Węglowodany 8g	1,3,4,6,7 11
Piątek 8.12.2023	Buleczki pszenne, chleb słonecznikowy Masło orzechowe bez cukru, masło, dżem Rogaliki maślane, serek kanapkowy Ser żółty, szynka Płatki pełnoziarniste z mlekiem Pomidor, ogórek, papryka, sałata Herbata miętowa lub zielona, cukier Owoc	1,3,5,8,6,7 11	Zapiekanka na bułeczce pszennej z serem, pieczarkami i szynką Buleczki pszenne, chleb słonecznikowy Ser żółty, szynka, masło, dżem, keczup Pomidor, papryka, ogórek, rukola Herbata z miodem i cytryną, kawa zbożowa Zapiekanka na bułce 308kcal/100g Tłuszcz 5,6g Węglowodany 55g Białko 8,5	1,3,6,7,11

Dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składzie mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji takie jak:

1. zboża zawierające gluten
2. skorupiaki lub 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
8. orzechy
9. seler i produkty pochodne
10. gorczyca i produkty pochodne
11. nasiona sezamu i produkty pochodne

Intendent Podpis kucharza

Podpis Dyrektora

