

### Jadłospis Społecznego Przedszkola Lipowa Alejka

1.09.20-23.10.20	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek	Kasza orkiszowa (1) gotowana na wodzie Sos śliwkowy ( <i>płatki ryżowe</i> ) Popping z amarantusa Kawa orkiszowa (1) z mlekiem ryżowym (kawa z cykorii z mlekiem ryżowym)	jabłka, marchewka, maliny, borówki	Zupa brokułowa (9) Leczo Kasza gryczana Surówka z ogórka zielonego Kompot z jabłek i śliwek	chleb żytni (1), masło, pasta marchewkowa (11), ogórek zielony, papryka, rzodkiewka, szczypiorek, zielona pietruszka
Wtorek	Kasza jęczmienna (1) z duszoną marchewką ( <i>kasza gryczana</i> ) Nasiona słonecznika Napar ze skrzyżu	jabłka, marchewka, śliwki, brzoszwinie	Zupa ze świeżej kapusty (9) Kotleciki z indyka (1,3) (kotleciki jęczmienno-pomidorowe) Ziemniaki Surówka z marchwi i jabłka Sok z brzozy	jabłka, marchewka, śliwki, brzoszwinie, chrupki kukurydziane
Środa	Kasza jaglana gotowana na wodzie Sos malinowy Popping z amarantusa Kawa orkiszowa (1) z mlekiem ryżowym (kawa z cykorii z mlekiem ryżowym)	jabłka, marchewka, rzodkiewka, kalarepka, papryka, ogórek zielony, nasiona słonecznika	Zupa z soczewicy i papryki (9) Ryż z jabłkami, cynamonem i prażonymi migdałami (8) Sok jabłkowo-rabarbarowy	jabłka, marchewka, rzodkiewka, kalarepka, papryka, ogórek zielony, nasiona słonecznika
Czwartek	Chleb żytni (1), masło, pasta z sardynek (4), pasta marchewkowa (11), pomidor, papryka, rzodkiewka, cebula, szczypiorek, zielona pietruszka, koperek, oregano Napar z mięty	jabłka, marchewka, maliny, borówki	Zupa z cukinii (9) Fasolka żółta Kalafior Ziemniaki Surówka z pomidorów Kompot z jabłek i śliwek	chleb żytni (1), masło, pasta marchewkowa (11), pomidor, papryka, rzodkiewka, szczypiorek, zielona pietruszka
Piątek	Płatki owsiane (1) gotowane na wodzie ( <i>płatki owsiane bezglutenowe</i> ) Sos gruszkowy Wiórki kokosowe Kawa orkiszowa (1) z mlekiem ryżowym (kawa z cykorii z mlekiem ryżowym)	jabłka, marchewka, śliwki, gruszki	Zupa pomidorowa z makaronem orkiszowym (1,9) Łosoś z wody (4,9) (soczewica duszona z papryką) Ryż jaśminowy Surówka z kapusty białej Napar z rumianku	jabłka, marchewka, śliwki, gruszki, chrupki kukurydziane

#### ALERGENY POKARMOWE

1. Gluten ; 2. Skorupiaki i produkty pochodne ; 3. Jaja i produkty pochodne ; 4. Ryby i produkty pochodne ; 5. Orzeszki ziemne i produkty pochodne ; 6. Soja i produkty pochodne ; 7. Mleko i produkty pochodne ; 8. Orzechy /migdały, laskowe, włoskie, nerkowce, pekan, brazylijskie, pistacje, makadamia/ ; 9. Seler i produkty pochodne ; 10. Gorczyca i produkty pochodne ; 11. Sezam i produkty pochodne ; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny ; 13. Łubin i produkty pochodne ; 14. Mięczaki i produkty pochodne.