

PLACÓWKA: ZACHODNIA - półkolonie		DATA: 24 – 28.06.2024r.
DZIEŃ	Obiad	
Poniedziałek 24.06	Spaghetti z sosem bolognese (zawiera: pszenicę) 250g, sałatka szwedzka z ogórka kiszzonego (zawiera: gorczycę) 80g <i>Owoc 1 szt.</i>	
Wtorek 25.06	Kotlet schabowy (zawiera: pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, duszona młoda kapusta (zawiera: pszenicę) 80g <i>Owoc 1 szt.</i>	
Środa 26.06	Naleśniki z serem (zawiera: jaja, pszenicę, mleko) 2szt. polewa jogurtowo – truskawkowa (zawiera: mleko) 60ml, surówka z marchewki i brzoskwini 80g <i>Owoc 1 szt.</i>	
Czwartek 27.06	Udko pieczone z kurczaka 1szt., ziemniaki z koperkiem 150g, mizeria (zawiera: mleko) 80g <i>Owoc 1 szt.</i>	
Piątek 28.06	Pierogi ruskie z cebulką (zawiera: pszenicę, mleko) 4szt., surówka z marchewki i selera (zawiera: seler) 80g <i>Owoc 1 szt.</i>	

Pogrubioną czcionką **oznaczono alergen**y zgodnie z *Rozporządzeniem 1169/2011*. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergen

y. Wartość odżywczą i kaloryczność jadłospisu opracowany dla dzieci o zapotrzebowaniu energetycznym 1400 kcal przy użyciu programu dietetycznego *Kalkulator Żywieniowy*. Do przygotowywania potraw na ciepło używamy oleju rzepakowego, natomiast surówek i sałatek oleje nierafinowane np. oliwa z oliwek, rzepakowy, lniany. *Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych. Stosowane napoje roślinne wzbogacone są w wapń.*

Opracowano przez: dietetyk **Olę Będzińską i dietetyk** **Wioletę Jakubowską**