



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK					
OBIAD	Zupa brukselkowa zabieleną śmietaną roślinną z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa grysikowa na wywarze drobiowo- warzywnym z natką pietruszki (1,9)	250 ml	Zupa żurek z naturalnego zakwasu żytniego zabieleny śmietaną roślinną z jajkiem i ziemniakami na wywarze warzywnym z koperkiem (1,3,9)	250 ml	Kapuśniak z kapusty białej słodkiej z ziemniakami z natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa krem pomidorowo dyniowy z kaszą jaglaną na wywarze warzywnym z koperkiem i z pestkami dyni (9)	250 ml
	Makaron świderki z mąki durum z sosem bolognese i mięsem mieszanym wieprzowym mielonym z soczewicą i włoszczyzną z zagęszczony mąką pszenną (1,3,9)	320 g	Kluseczki bezmleczne - wyrób z mąki pszennej (1,3)	220 g	Nuggetsy z kurczaka panierowane w płatkach owsianych z bułką tartą (1,3)	3 szt. (90 g)	Kaszotto z mix kasz (bulgur, pęczak, gryczana) z mięsem wieprzowym w kawałkach i kalafiozem, marchewką zielonym groszkiem i kukurydzą w sosie pieczarkowym bezmlecznym (1)	270 g	Ryba Mintaj panierowana z bułką tartą z dodatkiem sezamu (1,3,4,11)	90 g
			Polewa wiśniowa bezmleczna	50 g	Ziemniaki	130 g			Ziemniaki	130 g
	Kalafior gotowany i polany masłem roślinnym	60 g	Sałátka owocowa jabłko gruszka ananas z sokiem z cytryny z orzechami (5,8)	60 g	Kapusta pekińska z marchewką kukurydzą z oliwą	50 g	Buraczki z porem z oliwą	60 g	Szpinak w sosie ze śmietanony roślinnej z nutą czosnkową zagęszczony mąką pszenną (1)	50 g
					Brokuły	50 g			Surówka z kapusty kiszzonej z pietruszką i oliwą (10)	50 g
	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g	Wafle kukurydziane dżem malinowy niskosłodzony	2 szt./ 20 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g	Sok owocowy	1 szt.
	Mięta	200 ml	Kompot owocowy jabłko śliwka	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Kompot owocowy jabłko porzeczka	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011: dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składniki mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten, 2. Skorupki i produkty pochodne, 3.Jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soję i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne, 8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i słorzany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Mleczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:
Dominika Miklas
 Dietetyk Kliniczny



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK					
OBIAD	Zupa wielowarzywna brokułem kalafiozem marchewką i z kukurydzą zabieleną śmietaną roślinną z ziemniakami na wywarze warzywnym i koperkiem (9)	250 ml	Zupa z kaszą bulgur z pieczarkami natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem z mąki durum z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,3,9)	250 ml	Różowy krem z pieczonego buraka z zabieleną śmietaną roślinną na wywarze warzywnym posypany grzankami pszennymi (1,9)	250 ml	Zupa szpinakowa z jajkiem ziemniakami zabieleną śmietaną roślinną z koperkiem na wywarze warzywnym (3,9)	250 ml
	Makaron świderki z maki durum z indykiem pesto bazyliowym z cukinią (1,3,8)	270 g	Kotlet z mięsa drobiowego mielonego panierowany - pieczony w piecu (1,3)	90 g	Schab duszony w sosie paprykowym zagęszczony mąką pszenną (1)	90 g / 50 ml	Ryba Mintaj w panierce w bułce tartej (1,3,4)	90 g	Pancake bezmleczne z mąki pszennej - wersja pieczona (1,3)	3 szt
			Ziemniaki	130 g	Kluski śląskie (3)	130 g	Ziemniaki	130 g	Polewa truskawkowa bezmleczna	50 g
	Mix sałat z kolorową papryką posypany słonecznikiem i oliwą	60 g	Mizeria ze śmietaną roślinną i szczypiorkiem	50 g	Bukiet warzyw z brukselką z masłem roślinnym	50 g	Warzywa korzenne (włoszczyzna) z pomidorami z mąką pszenną (1,9)	50 g	Jabłko prażone z orzechami (5,8)	60 g
			Marchewka mini z oliwą	50 g	Buraczki z oliwą	50 g	Surówka z białej kapusty z kukurydzą i oliwą	50 g		
	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Jogurt wegański (6)	1 szt.	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Chrupki kukurydziane	1 op	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g
	Mięta	200 ml	Kompot owocowy jabłko śliwka	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Kompot owocowy jabłko porzeczka	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml
<small>ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011: dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składniki mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten, 2. Skaruplaki I produkty pochodne, 3.Jaja I produkty pochodne, 4.ryby I produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soję I produkty pochodne, 7.mleko I produkty pochodne,8. orzechy, migdały, 9.Seler I produkty pochodne, 10. Borczyca I produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu I produkty pochodne, 12. Dwutlenek slarki I slarczany, 13. tubln I produkty pochodne, 14. Mleczaki I produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienianych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.</small>					<small>OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA: Dominika Miklas Dietetyk kliniczny</small>					