



	PONIEDZIALEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
OBIAD	Zupa kapuśniak z kapusty mieszanej z ziemniakami i pomidorami na wywarze warzywnym z natką <b>(9,10)</b>	250 ml Zupa krupnik z kaszy <b>jęczmiennej</b> na wywarze warzywnym z natką pietruszki <b>(1,9)</b>	250 ml Zupa szczawiowa z jajkiem ziemniakami zabelana z koperkiem śmietaną roślinną na wywarze warzywnym <b>(3,9)</b>	250 ml Zupa pomidorowa z ryżem parabolicznym na wywarze warzywnym z natką <b>(9)</b>	250 ml Zupa krem z białych warzyw (kalafior, seler, ciecierzycy, pietruszka, ) z kasza jaglaną i mlekiem kokosowym natką na wywarze warzywnym posypany grzankami <b>(1,9)</b>
	Makaron z <b>mąki durum</b> z kurczakiem brokułem w sosie śmietanowo serowym z mozzarellą zagęszczony <b>mąką pszenną (1,3,7)</b>	270 g Rumsztyk mielony z mięsa wieprzowego z dodatkiem soczewicy podany z cebulką <b>(1,3)</b>	90 g Pierogi ruskie - wyrób własny z dodatkiem <b>mąki pszennej i pełnoziarnistej (1,3,7)</b>	9 szt Pieczeń wieprzowa w sosie cebulowym na śmietanie zagęszczonym <b>mąką pszenną (1,7)</b>	90 g/ 50 ml Ryba Mintaj panierowany klasycznie w <b>bulce tartej (1,3,4)</b>
		Ziemniaki puree <b>(7)</b>	130 g Jogurt naturalny <b>(7)</b>	50 g Kasza pęczak <b>(1)</b>	130 g Ziemniaki puree <b>(7)</b>
	Mix sałat, marchewka kukurydza groszkiem zielonym z sosem winegret <b>(10)</b>	60 g Marchew z groszkiem	50 g Bukiet warzyw z masłem <b>(7)</b>	60 g Buraczki z porem i oliwą	50 g Kapusta kiszona z papryką i oliwą <b>(10)</b>
		Kapusta biała z koperkiem i oliwą	50 g	Fasolka szparagowa z <b>bułką tartą</b> i masłem <b>(1,7)</b>	50 g Brokuły
	Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml Kompot owocowy jabłko śliwka	200 ml Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml Kompot owocowy jabłko agrest
	Owoc sezonowy	1 szt. / 100 g Brioszka pszenna z serem białym <b>(1,3,7)</b>	1 szt Owoc sezonowy	1 szt. / 100 g Owoc sezonowy	1 szt. / 100 g Jogurt owocowy <b>(7)</b>

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSILKACH 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. Skorupiaki i produkty pochodne, 3.jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soje 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 siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki 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 krem z pora i ziemniaka na wywarze warzywnym z grzankami <b>pszennymi (1,9)</b>	250 ml Zupa ogórkowa zabieleną śmietaną roślinną z ryżem parabolicznym i koperkiem na wywarze warzywnym <b>(9,10)</b>	250 ml Zupa brukselkowa z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym <b>(9)</b>	250 ml Zupa domowy rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z <b>zacierką z mąki durum z lubczykiem (1,3,9)</b>	250 ml Zupa barszcz ukraiński z fasolą, ziemniakami i z natką pietruszki na wywarze warzywnym <b>(9)</b>	
	Delikatny butter chicken - kurczak w kawałku, kalafior papryka, soczewica, cebula w sosie maślano-pomidorowym z mlekiem kokosowym z mąką <b>pszenną (1,7)</b>	140 g Klasyczny kotlet schabowy panierowany z <b>bułce tartej (1,3)</b>	90 g Pulpeciki z kurczaka z dodatkiem soi w sosie śmietanowo ziołowym zagęszczonym <b>mąką pszenną (1,6)</b>	6 szt/ 50 ml Ryba Mintaj panierowany w sezamie i w <b>bułce tartej (1,3,4,11)</b>	90 g Naleśniki z serkiem białym wyrób z mąki <b>pszennej (1,3,7)</b>	2 szt
	Ryż paraboliczny	130 g Ziemniaki	130 g Kasza <b>bulgur (1)</b>	130 g Ziemniaki puree <b>(7)</b>	130 g Polewa mango na bazie jogurtu <b>(7)</b>	80 g
	Surówka z kapusty białej z sosem mango	60 g Surówka z rzodkiewki biała kukurydza w sosie jogurtowo- majonezowym <b>(3,7,10)</b>	50 g Buraczki lekko chrzanowe	50 g Surówka z kapusty kiszonej z cebulką papryką i z oliwą <b>(10)</b>	50 g Marchewka tarta z orzechami <b>(5,8)</b>	60 g
		Marchewka mini z oliwą	50 g Bukiet warzyw	50 g Brokuły	50 g	
	Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml Kompot owocowy jabłko śliwka	200 ml Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml
	Owoc sezonowy	1szt. / 100 g Sok owocowy	1szt. Owoc sezonowy	1szt. / 100 g Mufinka z czerwoną porzeczką z Torcikowej Chatki z <b>mąki pszennej - wyrób domowy (1,3,7)</b>	1 szt Owoc sezonowy	1szt. / 100 g

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSILKACH 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. Skorupiaki i produkty pochodne, 3.jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soje 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 siarczany, 13. lubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwa obecność powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:  
 Dominika Miklas  
 Dietetyk kliniczny

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK					
OBIAD	Zupa meksykańska z fasolą czerwoną, kukurydzą, pomidorami i ryżem parabolicznym wywarze warzywnym z natką pietruszki (9)	250 ml	Zupa koperkowa z ryżem parabolicznym zabieleną śmietaną roślinną na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa barszcz biały z jajkiem ziemniakami na wywarze warzywnym z majerankiem i koperkiem (1,3,9)	250 ml	Zupa krem ziemniaczano-serowy ( ser mozzarella, ser żółty) z ciecierzycą na wywarze warzywnym z natką pietruszki posypana pestkami dyni (7,9)	250 ml		
	Makaron penne z mąki durum z kawałkami indyka z szpinakiem w sosie śmietanowym (1,3,7)	270 g	Pałka pieczona w ziołach	2 szt	Gulasz węgierski wieprzowy z papryką pieczarkami i soczewicą zagęszczony mąką pszenną (1)	140 g	Paluszki rybne z Mintaja w panierce z mąki pszennej (1,3,4)	4 szt.	Pampuchy drożdżowe z czekoladowo- orzechową z mąki pszennej (1,3,6,7,8)	3 szt
			Ziemniaki	130 g	Kluski śląskie (3)	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Polewa brzoskwiniowa na jogurcie (7)	80 g
	Mix sałat, papryką oliwą	60 g	Marchew z groszkiem i masłem (7)	50 g	Buraczki z oliwą	60 g	Surówka z kapusty kiszzonej z żurawiną i z oliwą (10)	50 g	Salatka ananas marchew z sosem mango	60 g
			Colesław z kapusty czerwonej (3,10)	50 g			Kalafior z bułką tartą i masłem (1,7)	50 g		
	Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml	Kompot owocowy jabłko śliwka	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml
	Rogalik maślany z powidłami (1,3,7)	1 szt	Owoc sezonowy	1szt. / 100 g	Jogurt owocowy (7)	1szt.	Owoc sezonowy	1szt. / 100 g	Owoc sezonowy	1szt. / 100 g

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSILKACH 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. Skorupiaki i produkty pochodne, 3.jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soje 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. Dwutiłek siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:  
Dominika Miklas  
Dietetyk kliniczny