

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK					
OBIAD	Zupa kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami z kiełbaską wieprzową i z natką pietruszki (1,6,9,10)	250 ml	Zupa pomidorowa zabieleną z ryżem z natką pietruszki na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa jarzynowa z kalafiozem i brukselką zabieleną z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa koperkowa z makaronem zacierką z mąki durum na wywarze drobiowo - warzywnym (1,3,9)	250 ml	Zupa krem z zielonego groszku zabieleny mlekiem kokosowym z ziemniakami na wywarze warzywnym ze słonecznikiem (9)	250 ml
	Makaron penne z mąki durum z kurczaka ze szpinakiem w sosie śmietanowo- serowym [mozzarella] z delikatną nutą czosnkową zagęszczony mąką pszenną (1,3,7)	270 g	Kotlecik mielony z indyka z cukinią i porem z dodatkiem bułki tartej (1,3)	90 g	Bitka schabowa w sosie pieczeniowym zagęszczonym mąką pszenną [1]	90 g / 50 ml	Ryba Mintaj panierowany w bułce tartej z sezamem (1,3,4,11)	90 g	Leniuszki z serem twarogowym z mąką pszennej z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1,3,7)	220 g
			Ziemniaki puree (7)	130 g	Mix kasz: pęczak, gryczana, jęczmienna [1] z soczewicą	130 g	Ziemniaki młode z koperkiem	130 g	Polewa malinowa z jogurtem (7)	80 ml
	Mix sałat z papryką i kukurydzą z oliwą	60 g	Marchew słupek z sezamem i masłem (7,11)	60 g	Buraczki z cebulką i oliwą	100 g	Surówka z kiszonej kapusty z porem, jabłkiem i oliwą (10)	100 g	Marchewka z brzoskwiniami z sokiem z cytryny	60 g
	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g
	Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml	Woda mineralna z cytryną	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Woda mineralna z cytryną	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml
<p>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. 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.</p>									<p>OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA: Dominika Miklas Dietetyk kliniczny</p>	



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK DZIEŃ CEBULI	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK					
OBIAD	Zupa brukselkowa zabelana z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa rosół z makaronem z mąki durum na wywarze drobiowo-warzywnym z natką pietruszki (1,3,9)	250 ml	Zupa botwinka z jajkiem zabelana z ziemniakami na wywarze warzywnym (3,7,9)	250 ml	Krem z pieczonej papryki i świeżych pomidorów z natką pietruszki na wywarze warzywnym grzankami pszennymi (1,9)	250 ml/ 3 g	Zupa ogórkowa z ryżem parabolicznym i koperkiem zabelana na wywarze warzywnym (7,9,10)	250 ml
	Udko pieczone w sosie śmietanowo - koperkowym (7)	90 g/ 50 ml	Rumsztyk z mięsa wieprzowego z dodatkiem fasoli podany z cebulką (1,3)	90 g	Pancake z mąki pszennej (1,3,7)	3 szt.	Makaron penne z mąki durum z mięsem z kurczaka w kawałku z pesto bazyliowym, brokułem i serem mozzarellą (1,3,7,8)	270 g	Ryba Mintaj panierowana w bułce tartej (1,3,4)	90 g
	Ryż paraboliczny	130 g	Ziemniaki młode z koperkiem	130 g	Polewa porzeczkowo - bananowa na jogurcie (7)	50 ml	Surówka mix sałat z kukurydzą i sosem winegret (10)	60 g	Ziemniaki puree z koperkiem (7)	130 g
	Kapusta białą z papryką z oliwą	100 g	Sałatka z ogórka kiszzonego z cebulką i oliwą (10)	100 g	Mus jabłkowy z cynamonem	60 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Marchewka z selerem ze śmietaną (7,9)	100 g
	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g
	Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml	Woda mineralna z cytryną	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Woda mineralna z cytryną	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 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 możliwa obecność powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:  
Dominika Miklas  
Dietetyk kliniczny



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Krem z pieczonego buraka z ziemniakami i natką pietruszki na wywarze warzywnym ze słonecznikiem (9)	250 ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml	Zupa jarzynowa zabelana z fasolką szparagową, kalarepą, zielonym groszkiem z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem zabelana z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (3,7,9)	250 ml	Zupa pomidorowa z drobnym makaronem z mąki durum i natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,3,9)	250 ml
	Makaron świderki z mąki durum z sosem bolognese i mięsem wieprzowym mielonym i włoszczyzną zagęszczonym mąką kukurydzianą i serem żółtym (1,3,7,9)	320 g	Kotlet z piersi kurczaka panierowany w bułce tartej i sezamie (1,3,11)	90 g	Gulasz wieprzowy z pieczarkami zagęszczony mąką pszenną (1)	140 g	Czekoladowe naleśniki z serkiem białym z musem jabłkowym - ciasto z mąki pszennej i pełnoziarnistej (1,3,7)	2 szt.	Paluszki rybne z Mintaja w bułce tartej (1,3,4)	4 szt.
			Ziemniaki puree (7)	130 g	Kluski śląskie (1,3)	130 g	Polewa waniliowa z jogurtem naturalnym (7)	80 g	Ziemniaki młode z koperkiem	130 g
	Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i papryką w sosie winegret (10)	60 g	Mizeria z jogurtem (7)	100 g	Kapusta modra z cebulką i oliwą	100 g	Salatka owocowa: ananas, gruszka z sosem mango	60 g	Kapusta kiszona z marchewką i oliwą (10)	100 g
	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g
	Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml	Woda mineralna z cytryną	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Woda mineralna z cytryną	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml

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