



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną z koperkiem na wywarze warzywnym (7,9,10)	250 ml	Zupa krem serowa (mozarella) -brokułowy z koperkiem i grzankami pszennymi na wywarze warzywnym (1a,7,9)	250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem z mąki durum zabieleną z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1a,3,7,9)	250 ml	Zupa barszcz ukraiński z ziemniakami z dodatkiem fasoli z koperkiem na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Tradycyjny krupnik z kaszy jęczmiennej z natką na wywarze warzywnym (1c,9)	250 ml
	Racuchy z jabłkiem z mąki pszennej z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1a,3,7)	3 szt.	Makaron penne z mąki durum z kawałkami kurczaka w sosie śmietanowym z dodatkiem cukinii (1a,3,7)	270 g	Kotlet schabowy panierowany z sezamem i bułką tartą pełnoziarnistą (1a,3,11)	90 g	Gulasz wegetariański fasola czerwona papryka kukurydza w sosie pomidorowym zagęszczony mąką pszenną (1a)	140 g	Ryba Mintaj panierowana w bułce tartej pełnoziarnistej (1a,3,4)	90 g
	Polewa waniliowa na jogurcie (7)	80 ml			Ziemniaki puree (7)	130 g	Ryż paraboliczny	130 g	Ziemniaki	130 g
	Surówka z marchewki tartej z ananase i z sokiem z cytryny	60 g	Mix sałat z sosem winegret (10)	60 g	Coleślaw z kapusty z białej i czerwonej z majonezem (3,10)	100 g	Marchewka mini z oliwą	60 g	Surówka z kapusty kiszzonej z papryką 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 truskawka porzeczka	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy truskawka 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. Mleczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.								OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA: Barbara Raus Dietetyk kliniczny	



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa brukselkowa zabelana z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Domowy rosół z makaronem z mąki durum na wywarze drobiowo-warzywnym z natką pietruszki (1a,3,9)	250 ml	Zupa żurek z zakwasu żytniego z jajkiem, z ziemniakami zabelany posypyany majerankiem na wywarze warzywnym (1b,3,7,9)	250 ml	Zupa jarzynowa z kalafiozem zabelana z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa krem z pieczonej papryki i dyni z ciecierzycą i natką pietruszki podane z grzankami pszennymi na wywarze warzywnym (1a,9)	250 ml
	Leczo z kiełbaską wieprzową 100% papryką cukinią cebulką marchewką w sosie pomidorowym zagęszczony mąką pszenną (1a,6,9,10)	140 g	Paluszki rybne z Mintaja panierowane w bułce tartej pełnoziarnistej (1a,3,4)	4 szt.	Pierogi ruskie ziemniaczano-serowe ciasto z mąki pszennej i pełnoziarnistej (1a,3,7)	9 szt.	Schab pieczony w ziołach z sosem pieczeniowym (1a)	90 g/80 ml	Pulpeciki z białej fasoli i kaszy jaglanej w sosie koperkowym (1a)	90 g/80 ml
	Ryż paraboliczny	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g			Kasza gryczana	130 g	Ziemniaki	130 g
	Mix sałat z ogórkiem i sosem winegret (10)	60 g	Surówka z kapusty kiszonej z porem z natką pietruszki i z oliwą (10)	100 g	Surówka z marchewki i selera (9)	60 g	Colesław z kapusty czerwonej (3,7,10)	100 g	Buraczki z oliwą	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 truskawka porzeczka	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy truskawka 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 alergię 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. tłuszcze 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: Barbara Raus Dietetyk kliniczny	



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa pieczarkowa zabelana z ziemniakami na wywarze warzywnym z natką pietruszki (7,9)	250 ml	Rosół z ryżem parabolicznym na wywarze drobiowo- warzywnym z natką pietruszki (9)	250 ml	Zupa krem z pieczonego buraka z natką pietruszki na wywarze warzywnym posypana grzankami pszennymi (1a,9)	250 ml	Zupa fasolowa z ziemniakami i z natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem z mąki durum zabelana natką pietruszki na wywarze warzywnym (1a,3,7,9)	250 ml
	Makaron spaghetti z mąki durum z mięsem mielonym wieprzowym z sosem bolognese z włoszczyzną posypany serem mozzarella (1a,3,7,9)	270 g	Pampuchy z truskawką z mąki pszennej z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1a,3,7)	3 szt.	Nugetsy z kurczaka panierowane w bułce tartej pełnoziarnistej (1a,3)	4 szt.	Kaszotto z kaszy bulgur z zielonym groszkiem, kalafiosem, brokułem papryką w sosie własnym z mąką pszenną (1a)	270 g	Mintaj panierowany w słoneczniku i bułce tartej pełnoziarnistej (1a,3,4)	90 g
			Polewa banan - mango na bazie jogurtu (7)	80 ml	Ziemniaki puree (7)	130 g			Ziemniaki	130 g
	Mix sałat z rzodkiewką z sosem winegret (10)	60 g	Marchewka tarta z sokiem cytryny	60 g	Sałatka z ogórka kiszzonego z cebulką i oliwą (10)	100 g	Surówka z kapusty białej z ogórkiem koperkiem i oliwą	60 g	Surówka z kiszonej kapusty z żurawiną i z 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 truskawka porzeczka	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy truskawka 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 alergię 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. Mleczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.									OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA: Barbara Raus Dietetyk kliniczny	



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami i natką pietruszki na wywarze warzywnym (9,10)	250 ml	Zupa ogórkowa zabelana z ryżem parabolicznym i natką pietruszki na wywarze warzywnym (7,9,10)	250 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami zabelany z koperkiem na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami i natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1c,9)	250 ml
	Makaron z mąki durum z mięsem mielonym wieprzowym w sosie z pieczonej papryki z włoszczyzną soczewicą i serem żółtym (1a,3,7,9)	270 g	Udko z kurczaka pieczone w ziołach	1 szt.	Naleśniki z serem z mąki pszennej z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1a,3,7)	2 szt.	Gołąbki wegetariańskie z soczewicą, ryżem i kapustą bez zawijania z sosem pomidorowym (1a)	100 g/ 80 ml	Ryba Mintaj panierowana klasycznie w bułce tartej pełnoziarnistej (1a,3,4)	90 g
			Ziemniaki	130 g	Polewa malinowa na jogurcie (7)	80 ml	Ziemniaki	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g
	Mix sałat z papryką z sosem winegret (10)	60 g	Surówka z kapusty czerwonej z cebulką i koperkiem z oliwą	100 g	Surówka z marchewki tartej z brzoskwinia i z sokiem z cytryny	60 g	Bukiet warzyw z oliwą	60 g	Surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem natką pietruszki 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 truskawka porzeczka	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy truskawka 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. Skorupki i produkty pochodne, 3.jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soja 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. Mleczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.									OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA: Barbara Raus Dietetyk kliniczny	



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa kalafiorowa z brokułem i ziemniakami zabelana z koperkiem na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa pomidorowa zabelana z ryżem parabolicznym natką pietruszki na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa krem z pieczonej marchewki, soczewicy i dyni z sokiem pomarańczowym i grzankami pszennymi na wywarze warzywnym (1a,9)	250 ml	Zupa delikatna grochówka z ziemniakami i z koperkiem na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa grysikowa na wywarze drobiowo-warzywnym z natką pietruszki (1a,9)	250 ml
	Pulpeciki drobiowe w sosie koperkowym (1a,3,6,7)	6 szt/80 ml	Kotlet mielony wieprzowy panierowany w bułce tartej pełnoziarnistej (1a,3)	90 g	Klopsiki z ciecierzycy z włoszczyzną w sosie pieczeniowym zagęszczonym mąką pszenną (1a,9)	90 g/80 ml	Pancake z mąki pszennej z dodatkiem mąki pełnoziarnistej pieczone w piecu (1a,3,7)	3 szt.	Ryba Mintaj panierowany z bułką tartą pełnoziarnistą i sezamem (1a,3,4,11)	90 g
	Kasza gryczana	130 g	Ziemniaki	130 g	Kasza pęczak (1c)	130 g	Polewa truskawkowa na jogurcie (7)	80 ml	Ziemniaki	130 g
	Coleśław z sosem majonezowym (3,10)	100 g	Buraczki lekko chrzanowe oliwą	100 g	Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i natką pietruszki z oliwą	60 g	Surówka z marchewki i ananasa	60 g	Kapusta kiszona z jabłkiem 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 truskawka porzeczka	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml
ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSILKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 26 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. 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. Mleczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.									OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA: Barbara Raus Dietetyk kliniczny	