



	PONIEDZIALEK		WTOREK DZIEŃ DYNI		ŚRODA	CZWARTEK		PIĄTEK DZIEŃ ZUPY Z CIECIERZYCY		
OBIAD	Zupa jarzynowa z kalafiozem i brokułem z ziemniakami i natką pietruszki (9)	250 ml	Zupa krem z pieczonej dyni z grzankami pszennymi (1,9)	250 ml	WOLNE	Zupa pomidorowa z drobnym makaronem z mąki durum i natką pietruszki (1,3,9)	250 ml	Orientalna zupa z ciecierzycy z kaszą bulgur z mlekiem kokosowym i curry (1,9)	250 ml	
	Makaron świderki z mąki durum z sosem bolognese i mięsem wieprzowo- drobiowym mielonym i włoszczyzną zagęszczony mąką kukurydzianą (1,3,9)	320 g	Kotlet schabowy panierowany klasycznie w bułce tartej [1,3]	90 g		Ryż z mięsem drobiowym w kawałkach z kolorowymi warzywami (brokuł, papryka, kukurydza, marchewka) z sosem śmietanowo - koperkowym zagęszczonym mąką pszenną (1,7)	270 g	Paluszki rybne z Mintaja w bułce tartej [1,3,4]	4 szt.	
			Ziemniaki puree z koperkiem (7)	130 g				Ziemniaki z koperkiem	130 g	
	Surówka z kapusty białej z marchewką i oliwą	60 g	Mizeria ze śmietaną (7)	40 g			Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka z oliwą	60 g	Kapusta kiszona z marchewką (10)	40 g
			Marchewka mini	40 g					Kalafior	40 g
	Brioszka pszenna z budyniem gotowanym na mleku (1,3,7)	1 szt.	Koktajl truskawkowo-bananowy na jogurcie naturalnym (7)	150 ml			Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g
	Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml	Woda z cytryną	200 ml			Woda 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

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK					
OBIAD	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabeliana z koperkiem (7,9,10)	250 ml	Zupa grysikowa na wywarze drobiowo-warzywnym z natką pietruszki (1,9)	250 ml	Zupa brukselkowa zabeliana z ziemniakami i koperkiem (7,9)	250 ml	Zupa pieczarkowa zabeliana z makaronem z mąki durum i natką pietruszki (1,3,7,9)	250 ml	Krem z pieczonej papryki i pomidorów zagęszczony ziemniakami posypyany słonecznikiem (9)	250 ml
	Makaron penne z mąki durum z mięsem wieprzowym ze szpinakiem w sosie śmietanowo-serowym [mozzarella] z delikatną nutą czosnkową zagęszczony mąką pszenną (1,3,7)	270 g	Udko pieczone w ziołach	90 g	Pieczony klopsik drobiowy z włoszczyzną w sosie cebulowym zagęszczony mąką pszenną (1,3,7,9)	90 g/50 ml	Ryba Mintaj panierowany klasycznie w bułce tartej (1,3,4)	90 g	Pierogi z serkiem na słodko - wyrób własny z mąki pszennej z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1,3,7)	9 szt.
			Ziemniaki puree (7)	130 g	Kasza pęczak (1)	130 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g	Polewa malinowa z jogurtem (7)	50 ml
	Mix sałat z papryką i sosem winegret (10)	60 g	Colesław z kapusty białej i czerwonej z majonezem (3,10)	40 g	Fasolka szparagowa z cebulką i sosem winegret (10)	60 g	Surówka z kiszzonej kapusty z marchewki, pora i jabłka z oliwą (10)	40 g	Marchewka z brzoskwiniami posypana orzechami (5,8)	60 g
			Bukiet warzyw	40 g			Brokuły	40 g		
	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Ciasto z Torcikowej Chatki z agrestem z mąką pszenną - wyrób domowy (1,3,7)	50 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Deser z serka białego z wiórkami kokosowymi i z posypką orzechową na biszkopcie (1,3,5,7,8)	150 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g
	Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Woda 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 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 kapuśniak z kiszanej kapusty z ziemniakami i z koperkiem (9,10)	250 ml	Zupa krem z zielonego groszku zabieleny mlekiem kokosowym z ziemniakami i słonecznikiem (8,9)	250 ml	Zupa rosół z makaronem z mąki durum na wywarze drobiowo-warzywnym z natką pietruszki (1,3,9)	250 ml	Zupa z soczewicy z ziemniakami i natką pietruszki (9)	250 ml		
	Delikatne chili con carne mięso wieprzowe mielone z fasolą czerwoną, papryką, kukurydzą, cebulą w sosie pomidorowym z mąką pszenną (1)	140 g	Bitka wieprzowa w sosie pieczarkowym z warzywami korzennymi zagęszczona mąką pszenną (1,9)	90 g/50 ml	Stek pieczony z mięsa wieprzowego z bułką tartą podany z cebulką (1,3)	90 g	Ryba Mintaj panierowany w płatkach kukurydzianych i w bułce tartej [1,3,4]	90 g	Pancake z dodatkiem mąki pszennej (1,3,6,7,8,10)	4 szt.
	Ryż paraboliczny	130 g	Mix kasz jęczmienna i gryczana (1)	130 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Domowa nutella (powidła śliwkowe, kakao, banan)	50 ml
	Surówka mix sałat z rzodkiewką i z sosem winegret (10)	60 g	Buraczki z papryką i oliwą	60 g	Salatka z ogórka kiszzonego z cebulką i oliwą (10)	40 g	Surówka z kapusty kiszzonej z jabłkiem (10)	40 g	Surówka z marchewki i ananasa	60 g
				Marchewka mini	40 g	Kalafior	40 g			
	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Brioszka pszenna z serem białym (1,3,7)	1 szt.	Mus jabłkowy + biszkopt pszenny (1,3,7)	1 szt./2 szt.	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g
	Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Woda 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. lubin i produkty pochodne, 14. Mleczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwa obecność powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:
Dominika Miklas
Dietetyk kliniczny



	PONIEDZIALEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK DZIEŃ ŻURAWINY		PIĄTEK DZIEŃ BURAKA	
OBIAD	Krem z kalafiora z ziemniakami i natką pietruszki ze słonecznikiem (9)	250 ml	Zupa pomidorowa zabieleną z ryżem z natką pietruszki (7,9)	250 ml	Zupa lekka grochówka z ziemniakami i kiełbaską wieprzową 93 % mięsa z natką pietruszki (1,6,9,10)	250 ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i natką pietruszki (9)	250 ml	Zupa barszcz ukraiński z fasolą, ziemniakami i z natką pietruszki (9)	250 ml
	Leczo z mięsem wieprzowym z cukinią, papryką, cebulką w sosie pomidorowym zagęszczonym mąką kukurydzianą	140 g	Nugetsy drobiowe panierowane w bułce tartej (1,3)	4 szt.	Potrąwka drobiowa z dynią, marchewką duszoną z dodatkiem mleka kokosowego i kurkumy	140 g	Ryba Mintaj panierowana z sezamem w bułce tartej (1,3,4,11)	90 g	Pampuchy drożdżowe z mąki pszennej [1,3,7]	3 szt.
	Kasza bulgur (1)	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Makaron świderki z mąki durum (1,3)	130 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g	Polewa truskawkowa z jogurtem naturalnym (7)	80 g
	Surówka z kapusty czerwonej z oliwą	60 g	Buraczki lekko chrzanowe	40 g	Surówka z kapusty białej z ogórkiem, kukurydzą z oliwą	60 g	Surówka z marchewki i selera z oliwą (9)	40 g	Salatka owocowa ananas brzoskwinia jabłko z sokiem z cytryny	60 g
			Brokuły	40 g			Bukiet warzyw z masłem (7)	40 g		
	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Mufinka marchewkowa z Torcikowej Chatki z mąki pszennej - wyrób domowy (1,3,7)	1 szt.	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Pucharek twarogowy z kawałkami brzoskwini, posypany suszoną żurawiną (7,12)	150 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g
	Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Woda 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.orzaski 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 możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:
 Dominika Miklas
 Dietetyk kliniczny



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA DZIEŃ CZEKOLADY		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa z zielonej fasolki szparagowej z ziemniakami (9)	250 ml	Zupa rosół z ryżem parabolicznym na wywarze drobiowo-warzywnym z natką pietruszki (9)	250 ml	Zupa żurek z jajkiem, ziemniakami i z dodatkiem chrzanu z majerankiem (1,3,9,10)	250 ml	Rozgrzewająca zupa węgierska z papryką, cebulą, mięsem mielonym wieprzowym z kaszą jęczmienną [1,9]	250 ml	Zupa krem z pomidorów zabelany ze słonecznikiem z grzankami pszennymi (1,7,9)	250 ml
	Gulasz wieprzowy z pieczarkami, marchewką, cebulą w sosie pieczeniowym zagęszczonym mąką pszenną i z natką pietruszki (1)	140 g	Kotlet mielony z mięsa wieprzowo - drobiowego z cebulką (1,3)	90 g	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 klasycznie w bułce tartej [1,3,4]	90 g	Pierogi ruskie ziemniaczano - serowe, wyrób własny z dodatkiem mąki pszennej i pełnoziarnistej omaszczone cebulką (1,3,7)	9 szt.
	Kasza bulgur (1)	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g			Ziemniaki puree z koperkiem (7)	130 g		
	Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, kiszonym ogórkiem i oliwą (10)	60 g	Mizeria z rzodkiewką i koperkiem na jogurcie (7)	40 g	Surówka mix sałat z kukurydzą, ogórkiem i sosem winegret (10)	60 g	Surówka z kapusty kiszonej z marchewką (10)	40 g	Colesław z kapusty czerwonej z dodatkiem majonezu (3,10)	60 g
			Marchewka z oliwą i sezamem (11)	40 g			Kalafior	40 g		
	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Brioszka pszenna z owocem (1,3,7)	1 szt.	Budyń waniliowy posypany wiórkami czekolady (1,7)	150 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g
	Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Woda 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. 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