



	PONIEDZIAŁEK DZIEŃ TRUSKAWKI		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa krem z kalafiora z ziemniakami i ze słonecznikiem (9)	250 ml	Zupa ogórkowa zabieleną z ryżem parabolicznym z koperkiem (7,9,10)	250 ml	Zupa ziemniaczanka z koperkiem (9)	250 ml	Włoska zupa pomidorowa zabieleną z makaronem z mąki durum z oregano i bazylią (1,3,7,9)	250 ml	Zupa z zielonej fasolki szparagowej z ziemniakami i natką pietruszki (9)	250 ml
	Makaron z mąki durum z mięsem mielonym wieprzowym sosem bolognese z włoszczyzną posypyany serem mozzarella (1,3,7,9)	320 g	Udko pieczone z tymiankiem	90 g	Gulasz z mięsa wieprzowego w kawałku z cebulką i natką pietruszki (1)	140 g	Ryba Mintaj w formie łezki panierowany w chrupiącej panierce (1,3,4)	90 g	Naleśniki z farszem serowo-orzechowym wyrób własny z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1,3,5,7,8)	2 szt
			Ziemniaki	130 g	Kasza pęczak (1)	130 g	Ziemniaki puree z koperkiem (7)	130 g	Polewa z bananem porzeczką na jogurcie (7)	80 ml
	Mix sałata z kukurydzą koperkiem z sosem winegret (10)	60 g	Colesław na jogurcie naturalnym (7)	40 g	Surówka marchew jabłko z oliwą	40 g	Surówka z kapusty kiszzonej z papryką i oliwą oliwek (10)	40 g	Surówka marchewki i seler z sokiem cytryny (9)	60 g
			Marchewka mini	40 g	Kalafior	40 g	Brokuły	40 g		
	Kompot owocowy	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy	200 ml
	Bułka słodka z dżemem truskawkowym (1,3,7)	1 szt	Smoothie marchew jabłko pomarańcza	150 ml	Marchew do chrupania	60g	Owoc sezonowy	1 szt./100g	Owoc sezonowy	1 szt./100g

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH 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 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.soje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne,8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasłona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Młczaki 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 DZIEŃ OREO		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem (9)	250 ml	Zupa węgierska z ziemniakami papryką mięsem i pomidorami z natką pietruszki (9)	250 ml	Zupa grysikowa na wywarze drobiowo warzywnym z natką pietruszką (1,9)	250 ml	Zupa barszcz czerwony zabieleny ziemniakami koperkiem (7,9,10)	250 ml	Zupa krem z zielonego groszku z ziemniakami i koperkiem posypyany płatkami migdałów (8,9)	250 ml
	Kurczak w kawałku z marchewką dynią w sosie śmietanowym z curry (7)	140 g	Makaron z maki durum serem białym (1,3,7)	260 g	Bitka wieprzowa w sosie własnym (1)	90 g/50 ml	Pierogi z mięsem mieszanym drobiowo-wieprzowym z dodatkiem mąki pełnoziarnistej okraszone cebulką (1,3)	9 szt	Filet z Miruny z brokułem w sosie śmietanowo cytrynowym (1,4,7)	140 g
	Kasza jęczmienna (1)	130 g	Polewa truskawkowa na śmietance (7)	50 ml	Ziemniaki puree (7)	130 g			Ryż paraboliczny	130 g
	Surówka z kapusty białej z koperkiem i oliwą	60 g	Surówka z marchewki i brzoskwini z sokiem z cytryny	60 g	Surówka z kiszzonego ogórka z cebulką i oliwą (10)	40 g	Colesław z kapusty czerwonej (3,10)	60 g	Marchewka gotowana posypana sezamem i oliwą (11)	60 g
					Fasolka szparagowa zbułką i masłem (1,7)	40 g				
	Kompot owocowy	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy	200 ml
	Koktajl a'la oreo ( banan, jogurt naturalny, mleko, czekolada wiórki ) (7)	150 ml	Owoc sezonowy	1 szt/100g	Rogal maślany z czekoladą (1,3,7)	1 szt	Owoc sezonowy	1 szt/100g	Owoc sezonowy	1 szt/100g

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. Skorupki 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. Barczycza i produkty pochodne, 11. Nasłona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutiłek słarki i slarczany, 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 Milkas**  
 Dietetyk Kliniczny



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ CIASTA		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK DZIEŃ MIODU	
OBIAD	Zupa ogórkowa z ziemiankami i koperkiem (9,10)	250 ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z natką pietruszki (1,9)	250 ml	Zupa pomidorowa zabieleną z <b>włoszczyzną</b> makaronem nitki i natką pietruszki (1,3,7,9)	250 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem z maki durum (1,3,9)	250 ml	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami i majerankiem z pomidorami (9,10)	250 ml
	Makaron z maki durum' a la carbonara z szynką wieprzową w sosie śmietanowo-serowym (ser mozzarella) (1,3,7)	270 g	Paluszki rybne z Mintaja panierowane (1,3,4,14)	4 szt	Pulpet mielony z <b>mięsa mieszanego</b> drobiowego wieprzowego w sosie cebulowym (1,3)	90 g/50 ml	Nugetsy z kurczaka panierowane w <b>płatkach</b> kukurydzianych (1,3)	4 szt	Naleśniki z serem i musem jabłkowym - wyrób własny z dodatkiem mąki pełnoziarnistej w wersji pieczonej (1,3,7)	2 szt
			Ziemniaki puree (7)	130 g	<b>Ryż paraboliczny</b>	130 g	Ziemniaki puree z koperkiem (7)	130 g	Polewa porzeczkowa na jogurcie z miodem (7)	80 ml
	Surówka mix sałat z marchewką papryką oliwą z oliwek	40 g	Surówka z kapusty kiszzonej marchewki jabłka i cebuli z oliwą (10)	40 g	Surówka z ogórka kiszzonego z cebula i oliwą (10)	40 g	Surówka z kapusty białej z kukurydzą papryką i oliwą (10)	40 g	Surówka z marchewki i ananasa i sokiem z cytryny	60 g
	Brokuły	40 g	Marchewka z masłem (7)	40 g	Kalafior	40 g	Brukselka z masłem i bułką tartą (1,7)	40 g		
	Kompot owocowy	200 ml	<b>Woda z cytryną</b>	200 ml	Kompot owocowy	200 ml	<b>Woda z cytryną</b>	200 ml	Kompot owocowy	200 ml
	Owoc sezonowy	1 szt./100g	Domowe Ciasto <b>ucierane ze śliwkami</b> z Torcikowej Chatki (1,3,7)	50 g	Koktajl banan mango na jogurcie (7)	150 ml	Marchew do chrupania	60 g	Owoc sezonowy	1 szt./100g

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH ZBODNIE Z RZĄDZĄCYM WYKAZEM 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.soje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne,8. orzechy, młoda, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasłona 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:  
**Dominika Miklas**  
Dietetyk kliniczny



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK					
OBIAD	Zupa brukselkowa zabieleną z ziemniakami i koperkiem (7,9)	250 ml	<b>Rosół drobiowy z makaronem nitki z mąki durum natka pietruszki i lubczykiem (1,3,9)</b>	250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem (9)	250 ml	Zupa pomidorowa z <b>soczewicą czerwoną i ryżem parabolicznym (9)</b>	250 ml	Zupa krem z dyni z dodatkiem ziemniaków z mlekiem kokosowym i pestkami dyni (8,9)	250 ml
	Delikatne chili con <b>carne mięso mieszane</b> drobiowo- wieprzowe mielone z fasola czerwona papryka cebula w sosie pomidorowym (1)	140 g	Kotlet schabowy panierowany klasycznie (1,3)	90 g	Delikatna potrawka z <b>mięsa kurczaka w kawałkach w sosie śmietanowym z jarmużem (1,7)</b>	140 g	Ryba Mintaj panierowany klasycznie (1,3,4)	90 g	Pierogi ruskie ziemniaczano serowe - <b>wyrób własny z dodatkiem maki pełnoziarnistej omaszczone cebulką (1,3,7)</b>	9 szt
	Ryz paraboliczny	130 g	Ziemniaki	130 g	<b>Kasza pęczak (1)</b>	130 g	Ziemniaki puree z koperkiem (7)	130 g		
	Surówka kapusty <b>białej z kukurydzą i oliwą (10)</b>	60 g	Surówka z kapusty <b>pekińskiej z</b> marchewka porem i ogórkiem sosem	40 g	<b>Buraczki z papryką</b>	40 g	Surówka kapusty <b>kiszzonej z cebulką i oliwą z oliwek (10)</b>	40 g	Surówka z czerwonej <b>kapusty z oliwą i natką</b>	60 g
			<b>Brokuł</b>	40 g	Fasolka szparagowa z <b>masłem i bułką (1,7)</b>	40 g	Marchewka z <b>groszkiem i masłem</b>	40 g		
	Kompot owocowy	200 ml	<b>Woda z cytryną</b>	200 ml	Kompot owocowy	200 ml	<b>Woda z cytryną</b>	200 ml	Kompot owocowy	200 ml
	Brioszka z mlecznym budyniem (1,3,7)	1 szt.	Owoc sezonowy	1szt./100g	Deser z serka kokosowego polany musem z czarnej porzeczki (7,8)	150 g	Owoc sezonowy	1szt./100g	Owoc sezonowy	1szt./100g

**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. Skorupki 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. Nasłona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. tłubin 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 DZIEŃ MUFINA		PIĄTEK DZIEŃ BUDYNIU	
OBIAŁ	Zupa selerowa zabieleną z ziemniakami z natką pietruszki (7,9)	250 ml	Zupa krupnik z kaszy pęczak z pieczarkami i natką pietruszki (1,9)	250 ml	Zupa żurek zabieleny z kielbaską wieprzową 83 % mięsa z ziemniakami i majerankiem (1,6,7,9,10)	250 ml	Zupa krem z pieczonej papryki z pomidorami z grzankami (1,9)	250 ml	Zupa barszcz ukraiński zabieleny z białą fasolą i ziemniakami z koperkiem (7,9,10)	250 ml
	Makaron penne z mąki durum mięsem indyka w kawałku i sosem pomidorowym (1,3)	320 g	Udko z kurczaka pieczone w marynacie paprykowej	90 g	Ryba Miruna panierowana w chrupiącej klasycynie Sos grecki z warzywami korzennymi w sosie pomidorowym (1,3,4,9)	140 g	Stek z mięsa mielonego wieprzowego z cebulką (1,3)	90 g	Potrąwka z ciecierzycy z marchewką dynią z curry z mlekiem kokosowym (1,8)	140 g
			Ziemniaki puree z koperkiem (7)	130 g	Ryż paraboliczny	130 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g	Kasza bulgur (1)	130 g
	Mix sałat z rzodkiew białą kukurydzą i sosem winegret (10)	60 g	Buraczki lekko chrzanowe z oliwą	40 g	Ogórek kiszony z porem z oliwą i koperkiem (10)	60 g	Mizeria z rzodkiewki białej z jogurtem ze szczypiorek (7)	40 g	Surówka z kapusty białej z papryką z oliwą (10)	60 g
			Kalafior	40 g			Marchewka	40 g		
	Kompot owocowy	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot owocowy	200 ml
	Owoc sezonowy	1 szt./100g	Owoc sezonowy	1 szt./100g	Owoc sezonowy	1 szt./100g	Mufinka marchewkowa z Torcikowej Chatki (1,3,7)	1 szt.	Budyń śmietankowy na mleku (7)	150 g

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH 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 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.soje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne,8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Borczyca i produkty pochodne, 11. Nasłona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Młczaki i produkty pochodne.. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:  
**Dominika Miklas**  
 Dietetyk kliniczny