



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK				
OBIAD	Zupa krem z selera i białych warzyw zabieleny z ziemniakami posypana koperkiem i płatki migdałów (7,8)	250 ml	Zupa żurek z jajkiem i ziemniakami posypany majerankiem (1,3,9)	250 ml	Zupa pieczarkowa zabieleny z makaronem z mąki durum i natką pietruszki (1,3,7,9)	250 ml	WOLNE		
	Makaron świderki z mąki durum z sosem bolońskim z mielonego mięsa drobiowego (1,3,9)	320 g	Bitka schabowa w sosie własnym (1)	90 g/ 50 ml	Mintaj w chrupiącej panierce (1,3,4,14)	90 g		Pierogi z mięsem mieszanym drobiowo wieprzowym omaszczone cebulką - ciasto z dodatkiem mąki pełnoziarnistej - wyrób własny (1,3)	9 szt.
			Mix kasz pęczak jęczmienna gryczana (1)	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g			
	Surówka mix sałat z rzodkiewką i kukurydzą z sosem winegret (10)	60 g	Buraczki z oliwą	40 g	Surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem cebulką i oliwą (10)	40 g		Surówka z kapusty białej z marchewką i papryką z oliwą	60 g
			Kalafior	40 g	Fasolka szpargowa z bułką i masłem (1,7)	40 g			
	Kompot z owoców	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot z owoców	200 ml		Woda z cytryną	200 ml
	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Marchewka słupek	60 g	Deser a' la kinder Country z twarogiem ryżem preparowanym posypany wiórkami czekolady (7)	150 g		Brioszka z serem (1,3,7)	1 szt.

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POŚLĄKACH 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. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasłona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. tulin i produkty pochodne, 14. Mleczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyższych wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:
Dominika Miłkás
 Dietetyk kliniczny



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK Dzień Curry z Kurczaka		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa krem pomidorowy z bazylią i oregano posypany słonecznikiem (9)	250 ml	Zupa domowy rosół z makaronem z mąki durum z lubczykiem (1,3,9)	250 ml	Zupa barszcz ukraiński z fasola ziemniakami z natką pietruszki (9)	250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną z natką pietruszki (7,9)	250 ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z natką pietruszki (1,9)	250 ml
	Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem	250 g	Kotlet schabowy panierowany (1,3)	90 g	Pulpet drobiowy z warzywami korzennymi w sosie pieczarkowym (1,3,9)	90 g/ 50 ml	Kurczak curry w sosie z marchewką papryką cebula w mleku kokosowym (1,8)	140 g	Ryba Miruna panierowana z dodatkiem sezamu (1,3,4,11)	90 g
	Polewa waniliowa na jogurcie (7)	50 ml	Ziemniaki puree (7)	130 g	Kasza bulgur (1)	130 g	Makaron penne z mąki durum (1,3)	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g
	Surówka z marchewki i brzoskwini z sokiem z cytryny	60 g	Surówka z kapusty pekińskiej i porem z oliwą	40 g	Salatka z ogórka kiszzonego z cebulka i oliwą (10)	40 g	Mix sałat z rukola papryką i kukurydzą i oliwą	60 g	Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką i oliwą (10)	40 g
			Brokuły	40 g	Marchewka mini	40 g			Kalafior	40 g
	Kompot z owoców	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot z owoców	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot z owoców sezonowych	200 ml
	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Koktajl pinacolada na mleku (7,8)	150 ml	Mufinka Marchewkowa z Torcikowej Chatki - wyrób domowy (1,3,7)	1 szt	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g

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. 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 Miktaś
 Dietetyk kliniczny



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
OBIAD	Zupa ziemniaczanka z koperkiem (9) 250 ml	Zupa pomidorowa zabieleną z makaronem drobnym z mąki durum (1,3,7,9) 250 ml	Zupa grysikowa na wywarze drobiowo-warzywnym z natką pietruszki (1,9) 250 ml	Zupa kalafiorowa zabieleną z ziemniakami i koperkiem (7,9) 250 ml	Zupa z w fasolki szparagowej z ziemniakami i natką pietruszki (9) 250 ml
	Gulasz wieprzowy z natką pietruszki (1) 140 g	Nugetsy drobiowe panierowane w płatkach kukurydzianych (1,3) 4 szt	Paluszki rybne z Mintaja (1,3,4,10,14) 4 szt	Rolada wieprzowa z mięsa mielonego z ogórkiem kiszonym sos pieczeniowy (1,3,10) 90 g/50 ml	Naleśniki z serkiem kokosowym - wyrób własny z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1,3,7,8) 2 szt.
	Mix kasz pęczak jęczmienna gryczana (1) 130 g	Ziemniaki puree z koperkiem (7) 130 g	Ziemniaki puree (7) 130 g	Ryż pełnoziarnisty 130 g	Polewa truskawkowa na bazie jogurtu (7) 80 ml
	Surówka z marchewki jabłka na jogurcie naturalnym (7) 40 g	Colesław z kapusty białej i czerwonej z majonezem (3,10) 40 g	Surówka z kapusty kiszonej z cebulką i oliwą (10) 40 g	Marchewka z groszkiem zabieleną z jogurtem (7) 40 g	Surówka z selera i rodzynek zabieleną (7,9,12) 60 g
	Fasolka szparagowa z oliwą 40 g	Brokuł 40 g	Kalafior 40 g	Surówka z rzodkwi białej pora i kukurydzy z oliwą 40 g	
	Kompot z owoców 200 ml	Woda z cytryną 200 ml	Kompot z owoców 200 ml	Woda z cytryną 200 ml	Kompot z owoców sezonowych 200 ml
	Bułka słodka z serem białym (1,3,7) 1 szt.	Deser chia z bananem brzoskwinia na kefirze (7) 150 ml	Owoc sezonowy 1 szt./100 g	Owoc sezonowy 1 szt./100 g	Marchew słupek 60 g

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POŚLĄKACH 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. Ćwiroz i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. Źubin 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	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
OBIAD	Zupa brukselkowa zabieleną z ziemniakami i koperkiem (7,9) 250 ml	Zupa z soczewicy czerwonej z ryżem parabolicznym i pomidorami (9) 250 ml	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami z koperkiem (9,10) 250 ml	Zupa krem z zielonego groszku zabieleną mlekiem kokosowym z ziemniakami i słonecznikiem (8,9) 250 ml	Zupa ogórkowa zabieleną z ziemniakami i koperkiem (7,9,10) 250 ml
	Potrąwka z drobiowa z dynią marchewką duszona z dodatkiem kurkumy (1) 140 g	Kotlet mielony z cebulką z mięsa wieprzowego (1,3) 90 g	Udko pieczone z sosem śmietanowo pieczarkowym (1,7) 90 g/ 50 ml	Filet z Miruny w sosie śmietanowo cytrynowym z kalafiolem i marchewką (1,3,4,7) 140 g	Różowe [sok z buraka] pierogi leniwe - wyrób własny (1,3,7) 220 g
	Makaron z mąki durum (1,3) 130 g	Ziemniaki puree z koperkiem (7) 130 g	Kasza bulgur (1) 130 g	Ryż pełnoziarnisty 130 g	Polewa jogurtowo z brzoskwinową (7) 50 ml
	Surówka z kapusty pekińskiej porek kukurydzą z sosem winegret (10) 60 g	Mizeria z rzodkwi białej i ogórka z jogurtem i szczypiorkiem (7) 40 g	Salatka buraczków z papryką z oliwą 40 g	Surówka z kapusty czerwonej z oliwą 60 g	Surówka marchew jabłko z sokiem z cytryny 60 g
		Marchewka mini 40 g	Bukiet warzyw z masłem (7) 40 g		
	Kompot z owoców 200 ml	Woda z cytryną 200 ml	Kompot z owoców 200 ml	Woda z cytryną 200 ml	Kompot z owoców sezonowych 200 ml
	Shake waniliowo truskawkowy na jogurcie naturalnym (7) 150 ml	Domowe ciasto z agrestem Torcikowej Chatki (1,3,7) 50 g	Owoc sezonowy 1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy 1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy 1 szt./ 100 g

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. Garczyca i produkty pochodne, 11. Nasłona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łublin 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