



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK DZIEŃ GRUSZKI					
OBIAD	Zupa jarzynowa z brukselką zabeliana z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9,10)	250 ml	Zupa grysikowa na wywarze drobiowo warzywnym z natką pietruszki (1,9)	250 ml	Zupa krem z dyni na wywarze warzywnym zagęszczony kaszą kukurydzianą z pestkami dyni (9)	250 ml	Zupa z soczewicy z kaszą jaglaną, pomidorami, zabeliana mlekiem kokosowym i z natką pietruszki (9)	250 ml		
	Makaron świderki z mąki durum z sosem bolognese i mięsem drobiowo-wieprzowym mielonym i włoszczyzną zagęszczony mąką kukurydzianą (1,3,9)	320 g	Paluszki rybne panierowane w bułce tartej (1,3,4)	4 szt.	Naleśniki z mięsem wieprzowym z cebulką z mąki pszennej i pełnoziarnistej (1,3)	2 szt.	Nugetsy drobiowe panierowane w płatkach owsianych i bułką tartą (1,3)	4 szt.	Pancake z dodatkiem mąki pszennej (1,3,6,7,8,10)	4 szt.
			Ziemniaki puree (7)	130 g	Sos pomidorowy z mąką kukurydzianą	80 ml	Ziemniaki z koperkiem	130 g	Polewa truskawkowa z jogurtem (7)	50 ml
	Surówka mix sałat z rzodkiewką i ogórkiem z sosem winegret (10)	60 g	Surówka z kapusty kiszonej z cebulką i oliwą (10)	100 g	Surówka z kapusty pekińskiej z papryką fasolą czerwoną i sosem jogurtowym z nutą czosnkową (7)	60 g	Buraczki z jabłkiem i oliwą	100 g	Surówka z marchewki i gruszki z sokiem z cytryny i rodzynkami (12)	60 g
					Piernik w czekoladzie (1,3,5,6,7,8,11)	2 szt.				
	Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml	Kompot owocowy jabłko śliwka	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Kompot owocowy jabłko porzeczką	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 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 ziemniaczanka z kiełbaską wieprzową z natką pietruszki (1,6,9,10)	250 ml	Domowy bulion na wywarze drobiowo - warzywnym z kluseczkami z mąki durum z natką pietruszki (1,3,9)	250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami i natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa pomidorowa zabieleną z makaronem z mąki durum i natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,3,7,9)	250 ml	Zupa krem z zielonym groszkiem, ziemniakami, koperkiem i mlekiem kokosowym na wywarze warzywnym posypany pestkami dyni (9)	250 ml
	Kurczak z marchewką papryką dynią w sosie śmietanowym curry z mąką pszenną (1,7)	140 g	Kotlet schabowy w klasycznej panierce z bułki tartej (1,3)	90 g	Delikatna potrawka z indyka z marchewką groszkiem w sosie śmietanowym z mąką pszenną (1,7)	140 g	Ryba Mintaj panierowana z dodatkiem słonecznika (1,3,4)	90 g	Pierogi z serkiem białym z nutą waniliową z mąką pszenną i pełnoziarnistą (1,3)	9 szt.
	Ryż paraboliczny	130 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g	Kasza jęczmienna (1)	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Polewa jogurtowo malinowa (7)	50 ml
	Surówka z kapusty białej z koperkiem i oliwą	60 g	Surówka z ogórka z rzodkiewką białą w sosie jogurtowym (7)	100 g	Buraczki z oliwą	60 g	Kapusta kiszona z porem i oliwą (10)	100 g	Marchew słupki	60 g
	Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml	Kompot owocowy jabłko śliwka	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Kompot owocowy jabłko porzeczką	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. 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 RYBY OBIAD WIGILIJNY	CZWARTEK	PIĄTEK
OBIAD	Zupa żurek z ziemniakami i kiełbaską wieprzową z majerankiem (1,6,9,10)	250 ml Domowy rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem nitki z mąki durum natką pietruszki i lubczykiem (1,3,9)	250 ml Zupa barszcz czerwony na wywarze warzywnym z koperkiem z domowymi uszkami z mąki pszennej z kapustą kiszoną i pieczarkami (1,3,9,10)	250 ml Zupa krem z białych warzyw (kalafior, pietruszka, seler) z ziemniakami posypany słonecznikiem (9)	250 ml Zupa minestrone z fasolą czerwoną, papryką, pomidorami i cebulą z ryżem parabolicznym na wywarze warzywnym (9)
	Kaszotto z kaszy bulgur z mięsem mielonym wieprzowym i warzywami w kawałkach [groszek, marchewka, brokuł] w sosie śmietanowo - koperkowym z mąką pszenną [1,7]	270 g Udko w ziołach (1,3)	90 g Ryba Mintaj panierowany w bułce tartej [1,3,4]	90 g Gulasz wieprzowy w sosie pieczarkowym z mąką pszenną (1)	90 g Naleśniki z serkiem czekoladowym - wyrób własny z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1,3,7)
		Ziemniaki puree (7)	130 g Ziemniaki z koperkiem	130 g Makaron świderki z mąki durum (1,3)	130 g Polewa brzoskwiniowa na bazie jogurtu (7)
	Mix sałat z rukolą, ogórkiem i sosem winegret (10)	60 g Surówka z kapusty czerwonej z natką pietruszki i oliwą	60 g Warzywa po grecku (marchewka, pietruszka, cebula, przecier pomidorowy) zagęszczone mąką kukurydzianą	100 g Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem kiszonym i oliwą (10)	60 g Surówka z marchewki i ananasa z orzechami (5,8)
Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml Kompot owocowy jabłko śliwka	200 ml Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml Kompot owocowy jabłko agrest	

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. 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	CZWARTEK	PIĄTEK			
OBIAD	WOLNE	WOLNE	Zupa z kolorowej fasolki szparagowej zabelana z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem parolicznym z natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml
			Ryż z jabłkiem prażonym z cynamonem (1,7,11)	250 g	Makaron penne z mąki durum z kurczakiem i brokułem w sosie śmietanowo serowym [mozarellą] zagęszczonym z mąką pszenną (1,3,7)	270 g	Mintaj panierowany w bułce tartej i dodatkiem sezamu (1,3,4,11)	90 g
			Polewa waniliowa z jogurtem naturalnym (7)	50 g		Ziemniaki puree (7)	130 g	
			Surówka z marchewki z sosem mango	60 g	Mix sałat z papryką i oliwą	60 g	Surówka z kapusty kiszzonej z porem i oliwą (10)	100 g
			Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Kompot owocowy jabłko porzeczka	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml
<p>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.</p>					<p>OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA: Dominika Miklas Dietetyk kliniczny</p>			