



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK					
OBIAD	Zupa jarzynowa z kalafiorom, ziemniakami zabieleną śmietaną roślinną z natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa żurek z zakwasu żytniego , zabieleny śmietaną roślinną z ziemniakami z kielbaską wieprzową z wysoką zawartością mięsa z majerankiem z natką (1,6,9,10)	250 ml	Zupa koperkowa z ryżem parabolicznym na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa krem z pomidorów z ciecierzycą zagęszczony z ziemniakami na wywarze warzywnym ze słonecznikiem (9)	250 ml	Zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml
	Strogonoff z mięsem wieprzowym z papryką cebulką soczewicą w sosie pieczeniowym (1)	140 g	Pierogi ruskie ziemniaczane z fasolą i cebulką wyrób z mąki pszennej (1,3)	9 szt.	Kotlet schabowy panierowany w bulce tartej i sezamie (1,3,11)	90 g	Makaron z mąki durum z kurczakiem w kawałkach z sosem pietruszkowym na śmietanie roślinnej z cukinią z nutą czosnkową (1,3)	270 g	Ryba Mintaj panierowana w bulce tartej (1,3,4)	90 g
	Kasza gryczana	130 g	Jogurt wegański (6)	50 g	Ziemniaki	130 g	Ziemniaki	130 g	Ziemniaki	130 g
	Salatka z ogórka kiszzonego z porem i oliwą (10)	60 g	Seler tarty z marchewką i oliwą (9)	60 g	Kapusta biała z koperkiem i oliwą z oliwek	100 g	Bukiet warzyw (kalafior, brokuł, marchew, fasolka) polany masłem roślinnym	60 g	Surówka z kapusty kiszzonej z papryką i z oliwą (10)	100 g
	Owoc sezonowy	1 szt./100	Owoc sezonowy	1 szt./100	Owoc sezonowy	1 szt./100	Owoc sezonowy	1 szt./100	Owoc sezonowy	1 szt./100
	Kompot owocowy jabłko porzeczka	200 ml	Kompot owocowy jabłko śliwka	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Kompot owocowy jabłko porzeczka	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. tulin 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	TŁUSTY CZWARTEK	PIĄTEK	
OBIAD	Zupa ogórkowa zabieleną śmietaną roślinną z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (9,10)	250 ml Zupa krem z pietruszki z porem z ciecierzycą kaszą jaglaną na wywarze warzywnym z grzankami pszennymi (1,9)	250 ml Zupa neapolitańska z makaronem z mąki durum na wywarze warzywnym z natką pietruszki (1,3,9)	250 ml Zupa pomidorowa z ryżem parabolicznym i natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml Zupa szczawiowa z jajkiem zabieleną śmietaną roślinną z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (3,9)	
	Makaron świderki z mąki durum z sosem neapolitańskim i mięsem wieprzowym mielonym z włoszczyzną i soczewicą zagęszczony mąką pszenną (1,3,9)	320 g	Paluszki rybne z Mintaja w bułce tartej (1,3,4)	4 szt. Gulasz z mięsem drobiowym w sosie pieczarkowym ze śmietaną roślinną zagęszczony mąką pszenną (1)	140 g Udko pieczone w ziołach	90 g Naleśniki z jabłkiem prażonym -ciasto bezmleczne - wyrób z mąki pszennej (1,3)
			Ziemniaki	130 g Kluski śląskie (3)	130 g Ziemniaki	130 g Polewa truskawkowa bezmleczna
	Mix sałat z kukurydzą i oliwą (10)	60 g Colesław z czerwonej kapusty z sosem majonezowym (3,10)	100 g Ćwikła lekko chrzanowa z oliwą posypana natką pietruszki	100 g Marchewka z groszkiem z masłem roślinnym	100 g Sałatka z jabłka i ananasa z orzechami (5,8)	
	Owoc sezonowy	1 szt./100 g Owoc sezonowy	1 szt./100 g Owoc sezonowy	1 szt./100 g Owoc sezonowy	1 szt. Pączek bezmleczny z marmoladą z Torcikowej Chatki (1,3)	1 szt./100 g Owoc sezonowy
	Kompot owocowy jabłko porzeczka	200 ml Kompot owocowy jabłko porzeczka	200 ml Kompot owocowy jabłko śliwka	200 ml Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml Kompot owocowy jabłko porzeczka	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 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. tubin 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