



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	
OBIAD	Zupa krem z zielonego groszku z ziemniakami na wywarze warzywnym posypany słonecznikiem (9)	250 ml	Bulion z makaronem z mąki durum na wywarze drobiowo- warzywnym z lubczykiem (1,3,9)	250 ml		
	Strogonoff wersja wegetariańska z soją z papryką, cebulą w sosie pomidorowym z mąką pszenną (1)	140 g	Ryż z jabłkiem prażonym z orzechami (5,8)	250 g		
	Kasza bulgur (1)	130 g	Polewa waniliowo - malinowa z jogurtem (7)	50 g		
	Surówka z kapusty białej z koperkiem i oliwą	60 g	Surówka z marchewki z sosem mango	60 g		
	Owoc sezonowy	1 szt./100	Owoc sezonowy	1 szt./100g		
	Mięta	200 ml	Kompot owocowy jabłko śliwka	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 jarzynowa z kalafiejem, ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa żurek z ziemniakami, z jajkiem i natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,3,9,10)	250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym z natką pietruszki (9)	250 ml	Zupa krem z pieczonej dyni z ziemniakami i mlekiem kokosowym na wywarze warzywnym z natką pietruszki posypany pestkami dyni (9)	250 ml	Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami, zabieleny śmietaną roślinną na wywarze warzywnym (9)	250 ml
	Delikatne chili sin carne z fasolą czerwoną, soczewicą, papryką kukurydzą, cebulą w sosie pomidorowym z mąką pszenną (1)	140 g	Falafel z ciecierzycy (1,3)	90 g	Makaron z mąki durum z tofu, z brokułem w sosie śmietanowo-serowym (ser mozzarella) (1,3,7)	270 g	Pulpet z fasoli z włoszczyzną w sosie cebulowym z mąką pszenną (1)	90 g/50 ml	Pancake z mąki pszennej (1,3,7)	3 szt.
	Ryż paraboliczny	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g			Kasza bulgur (1)	130 g	Polewa waniliowa na jogurcie (7)	50 g
	Surówka z ogórka kiszzonego z oliwą (10)	60 g	Marchewka z masłem i sezamem (7,11)	100 g	Kolorowy mix sałat z soczewicą zieloną, papryką, kukurydzą z oliwą	60 g	Modra kapusta z cebulką i z oliwą	100 g	Marchewka z ananasek z sokiem z cytryny	60 g
	Owoc sezonowy	1 szt./100g	Owoc sezonowy	1 szt./100g	Marchew słupki	60 g	Owoc sezonowy	1 szt./100g	Owoc sezonowy	1 szt./100g
	Mięta	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 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