



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK DZIEŃ CEBULI		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa brukselkowa zabelana ze śmietaną roślinną z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Krem z brokułów z serem mozzarellą na wywarze warzywnym grzankami pszennymi (1,7,9)	250 ml	Zupa botwinka z jajkiem zabelana śmietaną roślinną z ziemniakami na wywarze warzywnym (3,9)	250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem dinozaury z mąki durum na wywarze warzywnym z natką pietruszki (1,3,9)	250 ml
	Makaron świderki z mąki durum z sosem neapolitańskim soczewicą i włoszczyzną zagęszczonym mąką pszenną i serem żółtym (1,3,7,9)	320 g	Pierogi ruskie okraszone cebulką z mąki pszennej (1,3,7)	9 szt	Kotlet sojowy panierowany w bulce tartej i sezamie (1,3,6,11)	90 g	Strogonoff z tofu papryka pieczarkami kalafiem cebulką z sosem pomidorowym z dodatkiem śmietany zagęszczony mąką pszenną (1,6,7)	140 g	Kotlet wegański z zielonego groszku (1)	90 g
					Ziemniaki młode	130 g	Kasza gryczana	130 g	Ziemniaki młode	130 g
	Kapusta białą z papryką z oliwą	60 g	Fasolka szparagowa z bułką tartą i masłem (1,7)	60 g	Surówka szwedzka z ogórka kiszzonego marchewki i pora z oliwą (10)	100 g	Mix sałat z soczewica zieloną kukurydzą i sosem wingret (10)	60 g	Kapusta kiszona z porem żurawiną i oliwą (10)	100 g
	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g
	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. 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 zabieleną śmietaną roślinną z fasolką szparagową, kalarepą z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem zabieleną śmietaną roślinną z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (3,9)	250 ml	Zupa ryżowa na wywarze warzywnym z natką pietruszki (9)	250 ml	Krem z pieczonej dyni i papryki z mlekiem kokosowym na wywarze warzywnym grzankami pszennymi (1,9)	250 ml
	Gulasz z tofu pieczarkami zagęszczony mąką pszenną (1,6)	140 g	Klasyczny kotlecik mielony wege z zielonym groszkiem (1,3)	90 g	Pulpet z soczewicy z włoszczyzną w ziołach w sosie pomidorem z mąką pszenną (1,3,9)	90 g/ 50 ml	Naleśniki z serkiem białym - ciasto z mąki pszennej (1,3,7)	2 szt.	Kotlet z jajka panierwony w słoneczniku z dotądkiem bułki tartej (1,3)	90 g
	Kluski śląskie (3)	130 g	Ziemniaki młode	130 g	Kasza bulgur (1)	130 g	Polewa malinowo z jogurtem naturalnym (7)	80 g	Ziemniaki młode	130 g
	Kapusta czerwona z cebulką i oliwą	100 g	Mizeria z jogurtem (7)	100 g	Buraczki z oliwą	100 g	Sałátka marchewka z ananase i sosem mango	60 g	Kapusta kiszona z marchewką i oliwą (10)	100 g
	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g
	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. łubin 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