



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK					
<b>OBIAD</b>	Zupa jarzynowa z kalafiorom, ziemniakami zabieleną śmietaną roślinną z natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa żurek z <b>zakwasu żytniego</b> , zabieleny śmietaną roślinną z ziemniakami z majerankiem z natką (1,9,10)	250 ml	Zupa koperkowa z ryżem parabolicznym na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml		
	Gulasz wegański z fasolą czerwoną papryką cebulką i soczewicą w sosie własnym (1,6)	140 g	Pierogi ruskie ziemniaczano-serowe z mąki <b>pszennej</b> (1,3,7)	9 szt.	Kotlet sojowy panierowany w <b>bulce tartej</b> i sezamie (1,3,6,11)	90 g	Makaron z <b>mąki durum</b> z tofu w kawałkach z pesto pietruszkowym z cukinią z serem mozzarellą i nutą czosnkową (1,3,6,7,8)	270 g	Kotlet z jajka z brokułem panierowany (1,3)	90 g
	Kasza gryczana	130 g	Jogurt naturalny (7)	50 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Ziemniaki	130 g		
	Salatka z ogórka kiszzonego z porem i oliwą (10)	60 g	Seler tarty z marchewką i śmietaną (7,9)	60 g	Kapusta biała z koperkiem i oliwą z oliwek	100 g	Bukiet warzyw (kalafior, brokuł, marchew, fasolka) polany masłem (7)	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
	<b>ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.:</b> 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.					<b>OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:</b> <b>Dominika Miklas</b> <b>Dietetyk kliniczny</b>				



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	TŁUSTY CZWARTEK	PIĄTEK
<b>OBIAD</b>	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 <b>pszennymi</b> (1,9) 250 ml	Zupa neapolitańska z serkiem mozzarellą z makaronem z <b>mąki durum</b> na wywarze warzywnym z natką pietruszki (1,3,7,9) 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) 250 ml
	<b>Makaron świderki z mąki durum</b> z sosem neapolitańskim z soją z włoszczyzną i soczewicą zagęszczony mąką <b>pszenną</b> (1,3,6,9) 320 g	Kotlet wegański z zielonym groszkiem (1) 90 g	Gulasz z tofu w sosie śmietanowo - pieczarkowym zagęszczony mąką <b>pszenną</b> (1,6,7) 140 g	Jajko sadzone (3) 90 g	Naleśniki z serem białym - wyrób z mąki <b>pszennej</b> (1,3,7) 2 szt.
		Ziemniaki 130 g	Kluski śląskie (3) 130 g	Ziemniaki puree (7) 130 g	Polewa truskawkowa na jogurcie (7) 80 ml
	Mix sałat z kukurydzą i oliwą (10) 60 g	Colesław z czerwonej kapusty z sosem jogurtowo - majonezowym (3,7,10) 100 g	Ćwikła lekko chrzanowa z oliwą posypana natką pietruszki 100 g	Marchewka z groszkiem z masłem (7) 100 g	Sałatka z jabłka i ananasa z orzechami (5,8) 60 g
	Owoc sezonowy 1 szt./100 g	Owoc sezonowy 1 szt./100 g	Owoc sezonowy 1 szt./100 g	Pączek z marmoladą (1,3,7) 1 szt.	Owoc sezonowy 1 szt./100 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 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