



	PONIEDZIALEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	
OBIAD	Zupa kapuśniak z kapusty mieszanej z ziemniakami i pomidorami na wywarze warzywnym z natką (9,10)	250 ml Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej na wywarze warzywnym z natką pietruszki (1,9)	250 ml Zupa szczawiowa z jajkiem ziemniakami zabeliana śmietaną roślinną z koperkiem na wywarze warzywnym (3,9)	250 ml Zupa pomidorowa z ryżem parabolicznym na wywarze warzywnym z natką (9)	250 ml Zupa krem z białych warzyw (kalafior, seler, ciecierzycy, pietruszka,) z kasza jaglaną i mlekiem kokosowym i natką na wywarze warzywnym posypany grzankami (1,9)	
	Makaron z mąki durum z tofu brokułem w sosie śmietanowo serowym z mozzarellą zagęszczony mąką pszenną (1,3,6,7)	270 g Rumsztyk mielony z soczewicy podany z cebulką (1,3)	90 g Pierogi ruskie - wyrób własny z dodatkiem mąki pszennej i pełnoziarnistej (1,3,7)	9 szt. Bitka sojowa w sosie cebulowym na śmietanie zagęszczonym mąką pszenną (1,6,7)	90 g/ 50 ml Kotlet wegański (1)	90 g
		Ziemniaki puree (7)	130 g Jogurt naturalny (7)	50 g Kasza pęczak (1)	130 g Ziemniaki puree (7)	130 g
	Mix sałat, marchewka kukurydza groszkiem zielonym z sosem winegret (10)	60 g Marchew z groszkiem	100 g Bukiet warzyw z masłem (7)	60 g Buraczki z porem i oliwą	100 g Kapusta kiszona z papryką i oliwą (10)	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
	Owoc sezonowy	1szt. / 100 g Owoc sezonowy	1szt. / 100 g Owoc sezonowy	1szt. / 100 g Owoc sezonowy	1szt. / 100 g Owoc sezonowy	1szt. / 100 g

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

	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa krem z pora i ziemniaka na wywarze warzywnym z grzankami pszennymi (1,9)	250 ml	Zupa ogórkowa zabieleną śmietaną roślinną z ryżem parabolicznym i koperkiem na wywarze warzywnym (9,10)	250 ml	Zupa brukselkowa z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa domowy bulion na wywarze warzywnym z zacierką z mąki durum z lubczykiem (1,3,9)	250 ml	Zupa barszcz ukraiński z fasolą, ziemniakami i z natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml
	Delikatny butter tofu w kawałku, kalafior papryka, soczewica, cebula w sosie maślano-pomidorowym z mlekiem kokosowym z mąką pszenną (1,6,7)	140 g	Kotlet sojowy panierowany z bułce tartej (1,3,6)	90 g	Pulpeciki z fasoli w sosie śmietanowo ziołowym zagęszczonym mąką pszenną (1,6)	90 g/50 ml	Kotlet z kalafiora z serem panierowany w sezamie i w bułce tartej (1,3,7,11)	90 g	Naleśniki z serem białym wyrób z mąki pszennej (1,3,7)	2 szt
	Ryż paraboliczny	130 g	Ziemniaki	130 g	Kasza bulgur (1)	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Polewa mango na bazie jogurtu (7)	80 g
	Surówka z kapusty białej z sosem mango	60 g	Surówka z rzodkiewki biała kukurydza w sosie jogurtowo- majonezowym (3,7,10)	100 g	Buraczki lekko chrzanowe	100 g	Surówka z kapusty kiszzonej z cebulką papryką i z oliwą (10)	100 g	Marchewka tarta z orzechami (5,8)	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
	Owoc sezonowy	1szt. / 100 g	Owoc sezonowy	1szt. / 100 g	Owoc sezonowy	1szt. / 100 g	Owoc sezonowy	1szt. / 100 g	Owoc sezonowy	1szt. / 100 g
	<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. Dwutielenek 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>										

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK					
OBIAD	Zupa meksykańska z fasolą czerwoną, kukurydzą, pomidorami i ryżem parabolicznym wywarze warzywnym z natką pietruszki (9)	250 ml	Zupa koperkowa z ryżem parabolicznym zabieleną śmietaną roślinną na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa barszcz biały z jajkiem ziemniakami na wywarze warzywnym z majerankiem i koperkiem (1,3,9)	250 ml	Zupa grysikowa na wywarze warzywnym z natką pietruszki (1,9)	250 ml	Zupa krem ziemniaczano-serowy (ser mozzarella, ser żółty) z ciecierzycą na wywarze warzywnym z natką pietruszki posypana pestkami dyni (7,9)	250 ml
	Makaron penne z mąki durum z kawałkami tofu z szpinakiem w sosie śmietanowym (1,3,6,7)	270 g	Jajko sadzone (1)	90 g	Gulasz wegetariański z fasolą czerwoną z papryką pieczarkami i soczewicą zagęszczony mąką pszenną (1)	140 g	Falafel z ciecierzycy (1)	90 g	Pampuchy drożdżowe z nadzieniem czekoladowo-orzechowym z mąki pszennej (1,3,6,7,8)	3 szt
			Ziemniaki	130 g	Kluski śląskie (3)	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Polewa brzoskwiowa na jogurcie (7)	80 g
	Mix sałat, papryką oliwą	60 g	Marchew z groszkiem i masłem (7)	100 g	Buraczki z oliwą	60 g	Surówka z kapusty kiszonej z żurawiną i z oliwą (10)	100 g	Salatka ananas marchew z sosem mango	60 g
	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
	Owoc sezonowy	1szt. / 100 g	Owoc sezonowy	1szt. / 100 g	Owoc sezonowy	1szt. / 100 g	Owoc sezonowy	1szt. / 100 g	Owoc sezonowy	1szt. / 100 g
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. Dwutiенок 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	