



	PONIEDZIALEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	
OBIAD		WOLNE		Zupa krem z kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem posypany słonecznikiem [9] 250 ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej pieczarkami i z natką pietruszki [1,9] 250 ml	
				Delikatne chili con carne mięso wieprzowe mielone z fasola czerwona papryka kukurydzą cebula w sosie pomidorowym z mąką pszenną [1] 140 g	Paluszki rybne z Mintaja w bułce tartej [1,3,4,14] 4 szt	
					Ryż paraboliczny 130 g	Ziemniaki puree [7] 130 g
					Surówka z ogórka kiszzonego z oliwą [10] 60 g	Surówka z kapusty białej z jabłkiem marchewką i cebulką i oliwą 100 g
					Kompot owocowy 200 ml	Kompot owocowy 200 ml
					Owoc sezonowy 1 sz/100g	Owoc sezonowy 1 sz/100g

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. Skorupki 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 brukselkowa zabieleną z ziemniakami i koperkiem [7,9] 250 ml	Rosół z makaronem nitki z mąki durum na wywarze drobiowo-warzywnym z natką pietruszki i lubczykiem [1,3,9] 250 ml	Zupa krem z czerwonych warzyw z ziemniakami (pomidor marchewka i burak) z natką pietruszki ze słonecznikiem [3,9] 250 ml	Zupa ogórkowa zabieleną z ryżem parabolicznym [7,9,10] 250 ml	Wiosenna zupa z kolorowej fasolki szparagowej z ziemniakami i koperkiem [9] 250 ml
	Gulasz po węgiersku z mięsem wieprzowym w kawałkami papryki marchewki z cebulką w sosie pieczeniowym zagęszczonym mąką pszenną [1] 140 g	Nugetsy drobiowe panierowane w płatkach kukurydzianych z dodatkiem mąki pszennej [1,3] 90 g	Makaron z mąki durum a' la carbonara z szynką wieprzową i sosem śmietanowo-serowym - mozzarellą z mąką pszenną [1,3,6,7,9,10] 270 g	Ryba Miruna panierowana z bułką tartą z dodatkiem sezamu [1,3,4,11] 90 g	Naleśniki z serem kokosowym- wyrób własny z mąki pszennej i pełnoziarnistej - wersja pieczona [1,3,7,8] 2 szt
	Kasza pęczak [1] 130 g	Ziemniaki puree [7] 130 g		Ziemniaki z koperkiem 130 g	Polewa truskawkowa na jogurcie [7] 80 ml
	Surówka z czerwonej z oliwą 60 g	Surówka z białej rzodkwi kukurydzy z porem z sosem jogurtowym [7] 100 g	Wiosna surówka z kapusty pekińskiej kolorową papryką rzodkiewki z sosem koperkowym z oliwą 60 g	Surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem cebulką i oliwą [10] 100 g	Surówka z marchewki i brzoskwini z sokiem z cytryny 60 g
	Kompot owocowy 200 ml	Kompot owocowy 200 ml	Kompot owocowy 200 ml	Kompot owocowy 200 ml	Kompot owocowy 200 ml
	Owoc sezonowy 1 sz/100g	Owoc sezonowy 1 sz/100g	Owoc sezonowy 1 sz/100g	Owoc sezonowy 1 sz/100g	Owoc sezonowy 1 sz/100g

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH ZBODNIE 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. Nasłona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. tulin i produkty pochodne, 14. Mleczaki 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 grysikowa na wywarze drobiowo-warzywnym z natką pietruszki [1,9]	250 ml	Zupa pieczarkowa zabelana z makaronem z mąki durum [1,3,7,9]	250 ml	Zupa szczawiowa zabelana z jajkiem ziemniakami i koperkiem [3,7,9]	250 ml	Zupa krem z soczewicy z ziemniakami i natką pietruszki z pestkami dyni [9]	250 ml	Zupa pomidorowa zabelana z ryżem parabolicznym [7,9]	250 ml
	Kurczak curry w sosie z marchewką papryką cebulką w mleku kokosowym z dodatkiem mąki pszennej [1]	140 g	Kotlet schabowy panierowany w bułce tartej [1,3]	90 g	Leczo z mięsem mielonym wieprzowym z cukinią kolorową papryką cebulką w sosie pomidorowym z mąką pszenną [1]	140 g	Makaron z mąki durum z serem białym posypane orzechami [1,3,5,7,8]	260 g	Ryba Mintaj w chrupiącej panierce z bułki tartej [1,3,4]	90 g
	Ryz pełnoziarnisty	130 g	Ziemniaki puree z koperkiem [7]	130 g	Kasza bulgur [1]	130 g	Polewa truskawkowa na jogurcie [7]	50 ml	Ziemniaki puree z koperkiem [7]	130 g
	Surówka z selera pora kukurydzy z oliwą [9]	60 g	Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z oliwą	60 g	Ogórek kiszony z porem i oliwą [10]	60 g	Surówka z marchewką i ananasem z sokiem z cytryny	60 g	Surówka z kapusty kiszonej z marchewką i oliwą [10]	100 g
	Kompot owocowy	200 ml	Kompot owocowy	200 ml	Kompot owocowy	200 ml	Kompot owocowy	200 ml	Kompot owocowy	
	Owoc sezonowy	1 sz/100g	Owoc sezonowy	1 sz/100g	Owoc sezonowy	1 sz/100g	Owoc sezonowy	1 sz/100g	Owoc sezonowy	

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. Skorupkiaki 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. Nasłona 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 Miktaś
 Dietetyk kliniczny



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Tradycyjna zupa ogórkowa zabieleną z ziemniakami i koperkiem [7,9,10]	250 ml	Zupa żurek z ziemniakami z majerankiem i koperkiem [1,9]	250 ml	Zupa krem z zielonego groszku z grzankami [1,9]	250 ml	Zupa barszcz ukraiński zabieleny z białą fasolą z ziemniakami i koperkiem [7,9]	250 ml	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami i natką pietruszki i pomidorami [9,10]	250 ml
	Makaron świderki z maki durum z sosem bolognese i mięsem wieprzowym mielonym i włoszczyzną z serem mozzarella zagęszczony mąką pszenną [1,3,7,9]	320 g	Kaszotto z kaszy pęczak z mięsem drobiowym w kawałkach z kolorowymi warzywami (brokuł, kalafior, papryka, zielonym groszkiem, marchewka) z sosem śmietanowo koperkowym zagęszczonym mąką pszenną [1,7]	270 g	Filet z Mintaja panierowany klasycznie w bułce tartej [1,3,4]	90 g	Udko pieczone z sosem cebulowym z mąką pszenną [1]	90 g/50 ml	Czekoladowe naleśniki z serem białym ciasto z mąki pszennej i z dodatkiem pełnoziarnistej - wyrób własny [1,3,7]	2 szt
					Ziemniaki puree z koperkiem [7]	130 g	Mix kasz gryczana jęczmienna [1]	130 g	Polewa porzeczkowa na jogurcie [7]	80 ml
	Mix sałat z kukurydzą sosem winegret [10]	60 g	Sałatka buraczków z oliwą	60 g	Surówka z marchewki pora i jabłka z jogurtem [7]	100 g	Kolorowa surówka z kapusty białej i czerwonej z oliwą	100 g	Surówka marchew tarta posypana orzechami [5,8]	60 g
	Kompot owocowy	200 ml	Kompot owocowy	200 ml	Kompot owocowy	200 ml	Kompot owocowy	200 ml	Kompot owocowy	
	Owoc sezonowy	1 sz/100g	Owoc sezonowy	1 sz/100g	Owoc sezonowy	1 sz/100g	Owoc sezonowy	1 sz/100g	Owoc sezonowy	

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. Skorupki 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. Ćwiroczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łublin i produkty pochodne, 14. Mleczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:
Dominika Miktaś
 Dietetyk kliniczny