



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK				
OBIAD	WOLNE	Zupa pieczarkowa zabieleną z ziemniakami i natką pietruszki na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa <b>żurek z zakwasu żytniego z kielbaską wieprzową ziemniakami</b> posypany majerankiem na wywarze warzywnym (1,3,6,9,10)	250 ml	Zupa krem pomidorowy z <b>bazylią posypany słonecznikiem na wywarze warzywnym (9)</b>	250 ml		
		Makaron z mąki durum bolognese z mięsem wieprzowym z włoszczyzną zagęszczony mąką pszenną (1,3,9)	320 g	Pampuchy drożdżowe z mąki pszennej [1,3,7]	3 szt.	Kurczak curry w sosie z marchewką, papryką, cebulą w mleku kokosowym z mąką pszenną [1]	140 g	Ryba Mintaj panierowana z sezamem w <b>bułce tartej (1,3,4,11)</b>	90 g
				Polewa truskawkowa z jogurtem naturalnym (7)	80 g	Ryż paraboliczny	130 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g
		Surówka z kapusty białej z porem i oliwą	60 g	Surówka z marchewki i jabłka z sokiem z cytryny	60 g	Mix sałat z rukolą, ogórkiem, kukurydzą i oliwą	60 g	Surówka z kapusty kiszzonej z cebulką i oliwą (10)	100 g
		Sok owocowy	1 szt.	Owoc sezonowy	1 szt./100g	<b>Bułka pszenna słodka z budyniem gotowanym na mleku (1,3,7)</b>	1 szt.	Owoc sezonowy	1 szt./100g
		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 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 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 brokułowa z kalaflorem z ziemniakami zabieleną z natką pietruszki na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa domowy rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem z mąki durum z lubczykiem (1,3,9)	250 ml	Zupa ziemniaczanka z kielbaską wieprzową z natką pietruszki (1,6,9,10)	250 ml	Zupa barszcz czerwony ziemniakami z natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa krem z zielonego groszku, zabieleny mlekiem kokosowym na wywarze warzywnym z grzankami pszennymi (1,9)	250 ml
	Gulasz wegetariański z ciecierzycą, cukinią, papryką i pomidorami z natką pietruszki z mąką kukurydzianą	140 g	Udka z kurczaka pieczone w ziołach	90 g	Potrąka indyka w sosie śmietanowym zagęszona mąką pszenną (1,7)	90 g/50 ml	Pierogi z mięsem mieszanym drobiowo-wieprzowym omaszczone cebulką - ciasto z dodatkiem mąki pełnoziarnistej -wyrób własny (1,3)	9 szt.	Ryba Mintaj panierowana z dodatkiem słonecznika i bułce tartej (1,3,4)	90 g
	Ryż paraboliczny	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Kasza bulgur (1)	130 g			Ziemniaki puree (7)	130 g
	Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i z sosem winegret (10)	60 g	Marchew z groszkiem polana masłem (7)	100 g	Colesław z kapusty czerwonej z jogurtowo-majonezowym (3,7,10)	100 g	Salatka z ogórka kiszzonego z koperkiem i z oliwą (10)	60 g	Surówka z kapusty kiszzonej z jabłkiem i z oliwą (10)	100 g
	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100g	Sok owocowy	1 szt.	Owoc sezonowy	1 szt./100g	Bułka słodka pszenna z serem białym (1,3,7)	1 szt.
	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
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: <b>Dominika Miklas</b> Dietetyk kliniczny	



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK					
OBIAD	Zupa ogórkowa z ziemniakami z koperkiem na wywarze warzywnym (9,10)	250 ml	Zupa pomidorowa zabieleną z makaronem drobnym z <b>mąki durum</b> na wywarze warzywnym (1,3,7,9)	250 ml	Zupa krem z cukinii z ziemniakami, zabieleny z <b>czosnkiem i natką pietruszki</b> na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa z w fasolki szparagowej z <b>ziemniakami i natką pietruszki</b> na wywarze warzywnym (9)	250 ml		
	Risotto z wieprzowiną w kawałku z brokułem, kalafiozem i marchewką z sosem śmietanowo - koperkowym z <b>mąką pszenną</b> (1,7)	270 g	Paluszki rybne z Mintaja w <b>bułce tartej</b> [1,3,4]	4 szt.	<b>Zrazik z mięsa drobiowo-wieprzowego mielonego w sosie pieczarkowym z mąką pszenną</b> (1,3)	90 g/50 ml	Kotlet schabowy panierowany klasycznie w <b>bułce tartej</b> [1,3]	90 g	Pancake z <b>mąki pszennej</b> (1,3,6,7,8,10)	4 szt.
			Ziemniaki z koperkiem	130 g	Kasza gryczana	130 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g	Polewa brzoskwiniowa na bazie jogurtu (7)	50 ml
	Mix sałat z papryką z sosem winegret (10)	60 g	Surówka z kapusty pekińskiej z rzodkiewką ze szczypiorkiem z sosem jogurtowo-ziołowym (7)	60 g	Buraczki	100 g	<b>Zasmażana kapusta czerwona z mąką pszenną i masłem z natką pietruszki</b> (1,7)	100 g	Surówka z marchewki tartej z orzechami (5,8)	60 g
	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Muffinka z czerwoną porzeczką z Torcikowej Chatki - wyrób domowy (1,3,7)	50 g	Sok owocowy	1 szt.	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	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 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 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 Miłtas**  
 Dietetyk kliniczny



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK DZIEŃ MIGDAŁA	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ziemniakami z koperkiem na wywarze warzywnym (9)	250 ml Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml Zupa barszcz ukraiński z fasolą ziemniakami na wywarze warzywnym z koperkiem i majerankiem (9)	250 ml Zupa krem z cebuli zabelany z posypany koperkiem i grzankami pszennymi na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml Zupa z soczewicy z kaszą jaglaną, pomidorami, zabelana z natką pietruszki na wywarze warzywnym (7,9)	
	Makaron łazanki z mąki durum z kapustą kiszoną z cebulką i mięsem wieprzowym mielonym (1,3)	280 g	Udko pieczone w ziołach z dodatkiem płatków migdałów (8)	90 g Indyk w kawałkach w sosie paprykowo-pomidorowym zagęszczony mąką kukurydzianą	140 g Ryba Mintaj panierowana w bułce tartej (1,3,4)	90 g Pierogi z serkiem białym z mąką pszenną i pełnoziarnistą -wyrób własny (1,3,7)
			Ziemniaki puree (7)	130 g Ryż paraboliczny	130 g Ziemniaki z koperkiem	130 g Polewa jogurtowo-malinowa (7)
	Surówka z ogórka kiszzonego z porem i z oliwą (10)	60 g	Coleślaw z czerwonej kapusty (3,10)	100 g Mix sałat z rukolą, kukurydzą i sosem winegret (10)	60 g Sałatka z kiszzonej kapusty żurawiną i z oliwą (10)	60 g Surówka z ananasa i marchewki tartej z sokiem z cytryny
	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Paluch pszenny z owocem (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
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 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: <b>Dominika Miklas</b> Dietetyk kliniczny	