



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami i majerankiem na wywarze warzywnym (9,10)	250 ml	Zupa krupnik z kaszy pęczak z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml	Zupa krem z zielonego groszku z ziemniakami posypany słonecznikiem na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa ziemniaczanka z koperkiem na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa ogórkowa zabieleną z kaszą jaglaną i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9,10)	250 ml
	Makaron penne z mąki durum z kawałkami kurczaka z brokułami w sosie śmietanowo - serowym (mozzarella) (1,3,7)	270 g	Kotlet schabowy panierowany klasycznie w bułce tartej [1,3]	90 g	Pancake z mąki pszennej (1,3,7)	4 szt.	Zrazik z mięsa mieszanego drobiowo-wieprzowego w sosie pieczeniowym z porę z zagęszczonym mąką	90 g/50 ml	Ryba Mintaj panierowana w bułce tartej z sezamem (1,3,4,11)	90 g
			Ziemniaki puree (7)	130 g	Polewa porzeczkowo - malinowa na bazie jogurtu (7)	50 ml	Ryż paraboliczny	130 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g
	Mix sałat z rukolą, ogórkiem, kukurydzą i oliwą	60 g	Buraczki z oliwą	100 g	Surówka z marchewki i brzoskwini z sokiem z cytryny z dodatkiem migdałów (8)	60 g	Fasolka szparagowa z cebulką i oliwą	60 g	Surówka z kapusty białej z marchewką i z oliwą	100 g
	Owoc sezonowy	1 szt./100g	Bułka pszenna słodka z budyniem gotowanym na mleku (1,3,7)	1 szt.	Sok owocowy	1 szt.	Owoc sezonowy	1 szt./100g	Owoc sezonowy	1 szt./100g
	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. 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. 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



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa kalafiorowa zabelana z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa domowy bulion na wywarze drobiowo-warzywnym z <b>zacierką z mąki pszennej</b> z lubczykiem (1,3,9)	250 ml	Zupa krem ziemniaczano-porowy z <b>natką pietruszki</b> na wywarze warzywnym posypyany ziarnami <b>słonecznika</b> (9)	250 ml	Zupa pieczarkowa zabelana z makaronem z <b>mąki durum z natką pietruszki</b> na wywarze warzywnym (1,3,7,9)	250 ml	Zupa pomidorowa z <b>soczewicą i ryżem</b> parabolicznym zabelana mlekiem kokosowym z <b>natką pietruszki na wywarze warzywnym</b> (9)	250 ml
	Kluski śląskie (1,3,6,7,9,10) / Sos mięsny z wieprzowiną w kawałku i cebulką zagęszczony <b>mąką pszenną</b> [1]	3 szt./140 ml	Nugetsy z kurczaka <b>panierowane w płatkach kukurydźnianych</b> z dodatkiem <b>bułki tartej</b> (1,3)	90 g/4 szt.	<b>Pulpet mielony z mięsa</b> mieszanego drobiowo-wieprzowego w sosie pomidorowym <b>zagęszczonym mąką</b>	90 g/50 ml	Ryba Mintaj panierowana w <b>bułce tartej</b> (1,3,4)	90 g	<b>Naleśniki z serkiem</b> straciatella z wiórkami <b>czekolady - wyrób własny</b> z dodatkiem <b>mąki pełnoziarnistej</b> (1,3,7)	2 szt.
			Ziemniaki puree (7)	130 g	Mix kasz - gryczana, <b>pęczak, bulgur</b> [1]	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Polewa brzoskwiniowa na bazie jogurtu (7)	80 ml
	Mix sałat z papryką i sosem winegret (10)	60 g	Marchewka z groszkiem ze <b>śmietaną na ciepło</b> (7)	100 g	<b>Buraczki z cebulą i oliwą</b>	60 g	Surówka z kapusty <b>kiszzonej z jabłkiem i z oliwą</b> (10)	100 g	Surówka z marchwi i ananasa	60 g
	Owoc sezonowy	1 szt./100g	<b>Rogal pszenny z dżemem</b> (1,3,7)	1 szt.	Sok owocowy	1 szt.	Owoc sezonowy	1 szt./100g	Owoc sezonowy	1 szt./100g
	Kompot owocowy jabłko porzeczka	200 ml	Kompot owocowy jabłko <b>śliwka</b>	200 ml	Kompot owocowy jabłko <b>agrest</b>	200 ml	Kompot owocowy jabłko porzeczka	200 ml	Kompot owocowy jabłko <b>agrest</b>	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 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. 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



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA DZIEŃ BEZ MIĘSA	CZWARTEK	PIĄTEK					
OBIAD	Zupa ogórkowa zabieleną z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9,10)	250 ml	Domowy rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem z <b>mąki durum z natką pietruszki</b> (1,3,9)	250 ml	Zupa krem z białych warzyw (seler, kalafior, pietruszka) na wywarze warzywnym z <b>grzankami pszennymi</b> (1,9)	250 ml/ 3 g	Zupa brukselkowa z ziemniakami zabieleną z <b>natką pietruszki na wywarze warzywnym</b> (7,9)	250 ml	Zupa barszcz ukraiński zabieleny z <b>białą fasolą</b> , ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml
	Udko pieczone z sosem cebulowym zagęszczonym <b>mąką pszenną</b> (1,3)	90 g/50 ml	Paluszki rybne z Mintaja w <b>bułce tartej</b> [1,3,4]	4 szt.	<b>Gołąbki wegetariańskie bez zawijania z ryżem, kapustą białą, soczewicą i pieczarkami</b> (3) / Sos pomidorowy zagęszczony	100 g (1 szt.)/ 100 ml	Makaron z <b>mąki durum a' la carbonara z szynką wieprzową w sosie śmietanowo-serowym</b> (ser mozzarella) (1,3,7)	270 g	Pierogi z serkiem brzoskwiowym - wyrób <b>własny z dodatkiem mąki pszennej i pełnoziarnistej</b> [1,3,7]	9 szt.
	<b>Kasza pęczak</b> [1]	130 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g			Polewa waniliowa na jogurcie (7)	50 ml
	Surówka z kapusty czerwonej z koperkiem i majonezem (3,10)	60 g	Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i oliwą	100 g	Surówka szwedzka z ogórka kiszzonego, <b>marchewki, pora z oliwą</b> (10)	60 g	<b>Mix sałat z rzodkiewką z sosem winegret</b> (10)	60 g	Surówka z marchewki <b>tartej z jabłkiem z dodatkiem orzechów</b> (5,8)	60 g
	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g	<b>Bułka słodka pszenna z serem białym</b> (1,3,7)	1 szt.	Sok owocowy	1 szt.	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g
	Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml	Kompot owocowy jabłko <b>śliwka</b>	200 ml	Kompot owocowy jabłko <b>agrest</b>	200 ml	Kompot owocowy jabłko <b>porzeczką</b>	200 ml	Kompot owocowy jabłko <b>agrest</b>	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 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. 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 DZIEŃ WIELKANOCNY	CZWARTEK	PIĄTEK					
OBIAD	Zupa krupnik z <b>kaszy jęczmiennej</b> z ziemniakami z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml	Zupa krem brokułowy zabieleny z cebulą i czosnkiem na wywarze warzywnym z grzankami pszennymi (1,7,9)	250 ml/ 3 g	Zupa żurek z zakwasu żytniego, zabieleny z ziemniakami, kiełbaską białą, majerankiem i koperkiem (1,6,7,9,10)	250 ml	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami zabieleną mlekiem kokosowym z natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa pomidorowa zabieleną z makaronem z mąki durum z oregano i bazylią na wywarze warzywnym (1,3,7,9)	250 ml
	Makaron świderki z mąki durum z sosem neapolitańskim i mięsem drobiowo- wieprzowym mielonym i włoszczyzną zagęszczony mąką kukurydzianą (1,3,9)	320 g	Filet z kurczaka panierowany w bułce tartej (1,3)	90 g	Schab w sosie pieczeniowym z dodatkiem musztardy (1,10)	90 g/ 50 ml	Pampuchy z truskawką z mąki pszennej (1,3,7)	3 szt.	Ryba Mintaj panierowana z bułką tartą i słonecznikiem (1,3,4)	90 g
			Ziemniaki puree z koperkiem (7)	130 g	Mix kasz- pęczak, jęczmienna i gryczana (1)	130 g	Polewa gruszkowa na jogurcie (7)	80 ml	Ziemniaki	130 g
	Mix sałat z kukurydzą, papryką z sosem winegret (10)	60 g	Colesław z białej kapusty z porem (3,10)	100 g	Ćwikła lekko chrzanowa z oliwą	100 g	Marchew słupki	60 g	Sałatka z kiszanej kapusty z porem i oliwą (10)	100 g
	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g	Babka Wielkanocna ucierana z jogurtem (1,3,7)	50 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g	Sok owocowy	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 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. 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. łubin I produkty pochodne, 14. Mleczaki I produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwa obecność powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:  
**Dominika Miklas**  
 Dietetyk kliniczny