



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	
OBIAD	Zupa krem z zielonego groszku z ziemniakami na wywarze warzywnym posypany słonecznikiem (9)	250 ml	Rosół z makaronem z mąki durum na wywarze drobiowo- warzywnym z lubczykiem (1,3,9)	250 ml		
	Strogonoff z mięsa wieprzowego z papryką, cebulą w sosie pomidorowym z mąką pszenną (1)	140 g	Ryż z jabłkiem prażonym z orzechami (5,8)	250 g		
	Kasza bulgur (1)	130 g	Polewa waniliowo - malinowa z jogurtem (7)	50 g		
	Surówka z kapusty białej z koperkiem i oliwą	60 g	Surówka z marchewki z sosem mango	60 g		
	Owoc sezonowy	1 szt./100	Owoc sezonowy	1 szt./100g		
	Kompot owocowy jabłko porzeczka	200 ml	Kompot owocowy jabłko śliwka	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. 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 z kalafiorem, ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa żurek z ziemniakami, z jajkiem i natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,3,9,10)	250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym z natką pietruszki (9)	250 ml	Zupa krem z pieczonej dyni z ziemniakami i mlekiem kokosowym na wywarze warzywnym z natką pietruszki posypany pestkami dyni (9)	250 ml	Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami, zabieleny śmietaną roślinną na wywarze warzywnym (9)	250 ml
	Delikatne chili sin carne z fasolą czerwoną, soczewicą, papryką kukurydzą, cebulą w sosie pomidorowym z mąką pszenną (1)	140 g	Paluszki rybne panierowane w bułce tartej (1,3,4)	4 szt.	Makaron z mąki durum z kurczakiem, z brokułem w sosie śmietanowo-serowym (ser mozzarella) (1,3,7)	270 g	Pieczeń z mięsa wieprzowego w sosie własnym z mąką pszenną (1)	90 g/50 ml	Pancake z mąki pszennej (1,3,7)	3 szt.
	Ryż paraboliczny	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g			Kasza bulgur (1)	130 g	Polewa waniliowa na jogurcie (7)	50 g
	Surówka z ogórka kiszzonego z oliwą (10)	60 g	Marchewka z masłem i sezamem (7,11)	50 g	Kolorowy mix sałat z soczewicą zieloną, papryką, kukurydzą z oliwą	60 g	Modra kapusta z cebulką i z oliwą	50 g	Marchewka z ananasek z sokiem z cytryny	60 g
			Surówka z kapusty kiszzonej z pietruszką i oliwą (10)	50 g			Buraczki z oliwą	50 g		
	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Ciasto ucierane z rabarbarem z Torcikowej Chatki - domowy wyrób (1,3,7)	1 szt.	Smoothie mango, banan z sokiem pomarańczowym	150 ml	Owoc sezonowy	1 szt./100g	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 możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:
Dominika Miklas
 Dietetyk kliniczny