



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK				
OBIAD	Zupa krem z selera i białych warzyw zabieleny z ziemniakami posypana koperkiem i płatkami migdałów (7,8,9)	250 ml	Zupa żurek z jajkiem i ziemniakami posypany majerankiem (1,3,9)	250 ml	Zupa pieczarkowa zabieleny z makaronem z mąki durum i natką pietruszki (1,3,7,9)	250 ml	WOLNE		
	Makaron świderki z mąki durum z sosem bolońskim z mielonego mięsa drobiowego (1,3,9)	320 g	Bitka schabowa w sosie własnym (1)	90 g/ 50 ml	Mintaj w chrupiącej panierce (1,3,4,14)	90 g		Pierogi z mięsem mieszanym drobiowo wieprzowym omaszczony cebulką - ciasto z dodatkiem mąki pełnoziarnistej - wyrób własny (1,3)	9 szt.
			Mix kasz pęczak jęczmienna gryczana (1)	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g			
	Surówka mix sałat z rzodkiewką i kukurydzą z sosem winegret (10)	60 g	Buraczki z oliwą	100 g	Surówka z kapusty kiszony z jabłkiem cebulką i oliwą (10)	100 g		Surówka z kapusty białej z marchewką i papryką z oliwą	60 g
	Kompot z owoców	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot z owoców	200 ml		Woda z cytryną	200 ml
	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g		Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POŚLĄKACH 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.orzechy 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 Miłkás  
Dietetyk kliniczny



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK Dzień Curry z Kurczaka		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa krem pomidorowy z bazylią i oregano posypany słonecznikiem (9)	250 ml	Zupa domowy rosół z makaronem z mąki durum z lubczykiem (1,3,9)	250 ml	Zupa barszcz ukraiński z fasola ziemniakami z natką pietruszki (9)	250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami z natką pietruszki (7,9)	250 ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z natką pietruszki (1,9)	250 ml
	Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem	250 g	Kotlet schabowy panierowany (1,3)	90 g	Pulpet drobiowy z warzywami korzennymi w sosie pieczarkowym (1,3,9)	90 g/ 50 ml	Kurczak curry w sosie z marchewką papryką cebula w mleku kokosowym (1,8)	140 g	Ryba Miruna panierowana z dodatkiem sezamu (1,3,4,11)	90 g
	Polewa waniliowa na jogurcie (7)	50 ml	Ziemniaki puree (7)	130 g	Kasza bulgur (1)	130 g	Makaron penne z mąki durum (1,3)	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g
	Surówka z marchewki i brzoskwini z sokiem z cytryny	60 g	Surówka z kapusty pekińskiej i porem z oliwą	60 g	Salatka z ogórka kiszzonego z cebulka i oliwą (10)	100 g	Mix sałat z rukola papryką i kukurydzą i oliwą	60 g	Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką i oliwą (10)	100 g
	Kompot z owoców	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot z owoców	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot z owoców sezonowych	200 ml
	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g

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. Ćwerczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. tulin 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 Miłtas**  
 Dietetyk kliniczny



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
<b>OBIAD</b>	Zupa ziemniaczanka z koperkiem (9)	250 ml	Zupa pomidorowa zabelana z makaronem drobnym z mąki durum (1,3,7,9)	250 ml	Zupa grysikowa na wywarze drobiowo-warzywnym z natką pietruszki (1,9)	250 ml	Zupa kalafiorowa zabelana z ziemniakami i koperkiem (7,9)	250 ml	Zupa z w fasolki szparagowej z ziemniakami i natką pietruszki (1,9)	250 ml
	Gulasz wieprzowy z natką pietruszki (1)	140 g	Nugetsy drobiowe panierowane w płatkach kukurydzianych (1,3,11)	4 szt	Paluszki rybne z Mintaja (1,3,4,10,14)	4 szt	Rolada wieprzowa z mięsa mielonego z ogórkiem kiszonym sos pieczeniowy (1,3,10)	90 g/50 ml	Naleśniki z serkiem kokosowym - wyrób własny z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1,3,7,8)	2 szt.
	Mix kasz pęczak jęczmienna gryczana (1)	130 g	Ziemniaki puree z koperkiem (7)	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Ryż pełnoziarnisty	130 g	Polewa truskawkowa na bazie jogurtu (7)	80 ml
	Surówka z marchewki jabłka na jogurcie naturalnym (7)	100 g	Colesław z kapusty białej i czerwonej z majonezem (3,10)	100 g	Surówka z kapusty kiszonej z cebulką i oliwą (10)	100 g	Marchewka z groszkiem zabelna z jogurtem (7)	100 g	Surówka z selera i rodzynek zabelana (7,9,12)	60 g
	Kompot z owoców	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot z owoców	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Kompot z owoców sezonowych	200 ml
	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g

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 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 brukselkowa zabieleniana z ziemniakami i koperkiem (7,9)	250 ml	Zupa z soczewicy <b>czerwonej z ryżem</b> parabolicznym i pomidorami (9)	250 ml	<b>Zupa kapuśniak</b> z kiszzonej kapusty z ziemniakami z koperkiem (9,10)	250 ml	Zupa krem z zielonego groszku zabieleniana mlekiem kokosowym z ziemniakami i <b>słonecznikiem</b> (8,9)	250 ml	Zupa ogórkowa zabieleniana z ziemniakami i koperkiem (7,9,10)	250 ml
	Potrąwka z drobiowa z <b>dynią marchewką</b> duszona z dodatkiem kurkumy (1)	140 g	Kotlet mielony z <b>cebulką z mięsa</b> wieprzowego (1,3)	90 g	Udko pieczone z <b>sosem śmietanowo</b> pieczarkowym (1,3,7)	90 g/ 50 ml	Filet z Miruny w sosie <b>śmietanowo</b> cytrynowym z kalafiem i <b>marchewką</b> (1,3,4,7)	140 g	<b>Różowe [sok z buraka]</b> pierogi leniwe - wyrób <b>własny</b> (1,3,7)	220 g
	<b>Makaron z mąki durum</b> (1,3)	130 g	Ziemniaki puree z koperkiem (7)	130 g	Kasza bulgur (1)	130 g	<b>Ryż pełnoziarnisty</b>	130 g	Polewa jogurtowo z <b>nutą waniliową</b> (7)	50 ml
	Surówka z kapusty <b>pekińskiej porem</b> kukurydzą z sosem winegret (10)	60 g	Mizeria z rzodkwi <b>białej i ogórka</b> z jogurtem i szczypiorkiem (7)	100 g	<b>Salatka buraczków</b> z <b>papryką z oliwą</b>	100 g	Surówka z kapusty <b>czerwonej z oliwą</b>	60 g	Surówka marchew <b>jabłko z sokiem z</b> cytryny	60 g
	Kompot z owoców	200 ml	<b>Woda z cytryną</b>	200 ml	Kompot z owoców	200 ml	<b>Woda z cytryną</b>	200 ml	Kompot z owoców sezonowych	200 ml
	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g

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 możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

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