



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK DZIEŃ MARCHEWKI	PIĄTEK			
OBIAD			Rosół z kluseczkami pszennymi na wywarze drobiowo - warzywnym z natką pietruszki (1,3,9)	250 ml	Zupa krem z marchewki z ziemniakami na wywarze warzywnym posypana słonecznikiem (9)	250 ml	Zupa ogórkowa z ryżem parabolicznym zabelana na wywarze warzywnym z natką pietruszki (7,9,10)	250 ml
			Kotlet mielony z mięsa wieprzowego z włoszczyzną cebulką panierowany (1,3,9)	90 g	Kurczak w kawałkach w sosie śmietanowo - ziołowym z mąką pszenną (1,7)	140 g	Mintaj panierowany w bułce tartej (1,3,4)	90 g
			Ziemniaki puree (7)	130 g	Kasza bulgur (1)	130 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g
			Kapusta biała z koperkiem zasmażana z dodatkiem mąki i masła (1,7)	60 g	Buraczki z oliwą	100 g	Włoszczyzna w sosie greckim (1,9)	100 g
			Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g
			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 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		CZWARTEK		PIĄTEK DZIEŃ ZUPY Z SOCZEWICY	
OBIAD	Zupa jarzynowa z <b>kalafiorom, fasolką szparagową, zielonym groszkiem</b> i ziemniakami zabelana na wywarze warzywnym z koperkiem (7,9)	250 ml	Zupa grysikowa na wywarze drobiowo - <b>warzywnym z natką pietruszki</b> na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml	Zupa szczawiowa zabelana z jajkiem z ziemniakami z koperkiem na wywarze warzywnym (3,7,9)	250 ml	Zupa krem z pieczonej dyni z sokiem <b>pomarańczowym na wywarze warzywnym z grzankami pszennymi</b> (1,9)	250 ml	Zupa z soczewicy czerwonej z pomidorami z mlekiem kokosowym z <b>kaszą pęczak i natką pietruszki</b> na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml
	Udko pieczone z sosem pieczeniowym <b>zagęszczonym z mąką pszenną [1]</b>	90 g/ 50 ml	Rumsztyk mielony z <b>mięsa wieprzowego podany z cebulką</b> (1,3)	90 g	<b>Gulasz po węgiersku z indykiem w kawałkach, papryką w sosie pomidorowym zagęszczonym mąką pszenną</b> (1)	140 g	Ryba Mintaj panierowany <b>w słoneczniku i bułce tartej</b> (1,3,4)	90 g	Pierogi ruskie - ziemniaczano - serowe z <b>cebulką - wyrób własny z dodatkiem mąki pszennej i pełnoziarnistej [1,3,7]</b>	9 szt.
	<b>Ryż paraboliczny</b>	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	<b>Kluski śląskie [3]</b>	140 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g		
	Kapusta czerwona w sosie majonezowym (3,10)	100 g	<b>Salatka z ogórka kiszzonego z porem i oliwą</b> (10)	100 g	<b>Buraczki z cebulką i oliwą</b>	60 g	Surówka z kapusty <b>kiszzonej z jabłkiem i oliwą</b> (10)	100 g	Surówka z marchewki ze <b>śmietaną</b> (7)	60 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	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g
	<b>Kompot owocowy jabłko porzeczka</b>	200 ml	<b>Kompot owocowy jabłko śliwka</b>	200 ml	<b>Kompot owocowy jabłko agrest</b>	200 ml	<b>Kompot owocowy jabłko porzeczka</b>	200 ml	<b>Kompot owocowy jabłko agrest</b>	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. 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 DZIEŃ CZOSNKU					
OBIAD	Zupa brukselkowa zabelana z ziemniakami na wywarze warzywnym z koperkiem (7,9)	250 ml	Zupa krem z białych warzyw (kalafior, seler, pietruszka) z mlekiem kokosowym na wywarze warzywnym z grzankami pszennymi (1,9)	250 ml/ 3 g	Zupa pomidorowa zabelana na wywarze warzywnym z makaronem drobnym z mąki durum (1,3,7,9)	250 ml	Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami na wywarze warzywnym z natką pietruszki (9)	250 ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej na wywarze warzywnym z natką pietruszki (1,9)	250 ml
	Makaron świderki z mąki durum z sosem bolońskim i mięsem drobiowo-wieprzowym mielonym z włoszczyzną zagęszczony mąką kukurydzianą i posypany serem mozzarella (1,3,9,7)	320 g	Kotlet schabowy panierowany klasycznie w bułce tartej (1,3)	90 g	Risotto z mięsem drobiowym w kawałkach z papryką, brokułem i kukurydzą w sosie śmietanowym zagęszczonym mąką pszenną z natką pietruszki (1,7)	270 g	Pancake z mąki pszennej (1,3,7)	3 szt.	Ryba Mintaj panierowana w sezamie i bułce tartej (1,3,4,11)	90 g
			Ziemniaki z koperkiem	130 g	Polewa mango, banan na jogurcie (7)		50 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	
	Mix sałat z groszkiem i porem z oliwą	60 g	Mizeria z ogórka z kapustą białą i cebulką z jogurtem (7)	100 g	Sałatka z rzodkwi białej z porem w sosie majonezowym (3,10)	60 g	Surówka z marchewki i brzoskwini z sokiem z cytryny	60 g	Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i z sosem jogurtowo - czosnkowym (3,7,10)	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	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g
	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, mlgdąty, 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 DZIEŃ PIECZAREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa krem z pora i ziemniaka z koperkiem na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa pieczarkowa zabelana z <b>makaronem z mąki durum z natką pietruszki</b> na wywarze warzywnym (1,3,7,9)	250 ml	Zupa ogórkowa zabelana z dodatkiem kaszy jaglanej i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9,10)	250 ml	<b>Rosół z drobnym makaronem z mąki durum</b> na wywarze drobiowo-warzywnym z <b>natką pietruszki</b> (1,3,9)	250 ml	Zupa lekka grochówka z ziemniakami na wywarze <b>warzywnym z natką pietruszki</b> (9)	250 ml
	Delikatny butter chicken - kurczak w kawałku, kalafior, papryka, cebula w sosie pomidorowym z mlekiem kokosowym z <b>mąką kukurydzianą i kurkumą</b>	140 g	<b>Kotlet poarski drobiowy mielony z włoszczyzną</b> (1,3,9)	90 g	<b>Pieczony schab w ziołach z sosem pieczeniowym z cebulką zagęszczony mąką pszenną [1]</b>	90 g/ 50 ml	Paluszki rybne z Mintaja panierowane klasycznie (1,3,4)	4 szt.	<b>Naleśniki z serem brzoskwiowym - wyrób własny z dodatkiem mąki pszennej pełnoziarnistej</b> (1,3,7)	2 szt.
	<b>Ryż paraboliczny</b>	130 g	Ziemniaki puree z koperkiem (7)	130 g	Kopytka (1,3)	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Polewa truskawkowa na bazie jogurtu (7)	80 ml
	<b>Kapusta biała z sosem mango</b>	60 g	<b>Ćwikła lekko chrzanowa</b>	100 g	Fasolka szparagowa z <b>bułką tartą i masłem</b> (1,7)	60 g	Surówka z kapusty kiszonej z <b>żurawiną</b> (10)	100 g	Surówka marchewki z <b>jabłkiem z sokiem z cytryny</b>	60 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	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g
	<b>Kompot owocowy jabłko porzeczką</b>	200 ml	<b>Kompot owocowy jabłko śliwka</b>	200 ml	<b>Kompot owocowy jabłko agrest</b>	200 ml	<b>Kompot owocowy jabłko porzeczką</b>	200 ml	<b>Kompot owocowy jabłko agrest</b>	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. Barczyca i produkty pochodne, 11. Nasłona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i slarczany, 13. łubln 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 kapuśniak z kapusty białej z ziemniakami na wywarze warzywnym z natką pietruszki (9,10)	250 ml	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami i pomidorami na wywarze warzywnym z natką pietruszki (9)	250 ml			Zupa koperkowa z ryżem na wywarze drobiowo - warzywnym z natką pietruszki (9)	250 ml		
	Leczo z mięsem wieprzowym w kawałku z cukinią, papryką, cebulką w sosie pomidorowym zagęszczonym mąką kukurydzianą	140 g	Pampuchy drożdżowe z mąki pszennej (1,3,7)	3 szt.			Makaron z mąki durum a' la carbonara z szynką wieprzową w sosie śmietanowo- serowym (ser mozzarella) (1,3,6,7,9,10)	270 g		
	Kasza bulgur (1)	130 g	Polewa mango, truskawka, banan na jogurcie (7)	80 g						
	Salatka z ogórka kiszzonego z koperkiem (10)	60 g	Marchew tarta posypana orzechami (5,8)	60 g			Mix sałat papryką z sosem winegret (10)	60 g		
	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g			Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g		
	Kompot owocowy jabłko porzeczka	200 ml	Kompot owocowy jabłko śliwka	200 ml			Kompot owocowy jabłko porzeczka	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 swym 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. Barczyca i produkty pochodne, 11. Nasłona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek slarki i slarczany, 13. łubln 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