



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa krem z ziemniaka i pora z koperkiem posypana pestkami słonecznika na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa domowy rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem z mąki durum z lubczykiem (1,3,9)	250 ml	Zupa lekka grochówka z kielbaską wieprzową ziemniakami i z koperkiem (1,6,9,10)	250 ml	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami i natką pietruszki na wywarze warzywnym (9,10)	250 ml	Zupa pomidorowa zabieleną z ryżem parabolicznym natką pietruszki na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml
	Leczo z mięsem wieprzowym w kawałku z cukinią, papryką, cebulką w sosie pomidorowym zagęszczonym mąką kukurydzianą	140 g	Kotlet schabowy panierowany w bułce tartej (1,3)	90 g	Pampuchy z mąki pszennej (1,3,7)	3 szt.	Rolada drobiowa z mięsa mielonego z papryką i porem z sosem pieczeniowym zagęszczonym mąką pszenną (1,3)	90 g/50 ml	Ryba Mintaj panierowany z bułką tartą i słonecznikiem (1,3,4)	90 g
	Ryż paraboliczny	130 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g	Polewa truskawkowa na jogurcie (7)	80 ml	Kasza pęczak (1)	130 g	Ziemniaki	130 g
	Surówka z kapusty białej z kukurydzą i natką pietruszki z oliwą	60 g	Ogórek kiszony z porem i oliwą (10)	100 g	Surówka z marchewki i ananasa z mixem orzechów (5,8)	60 g	Buraczki z oliwą	100 g	Colesław z sosem jogurtowo-majonezowym (3,7,10)	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



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK DZIEŃ KURCZAKA TŁUSTY CZWARTEK	PIĄTEK					
OBIAD	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami i natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa ogórkowa zabieleną z ryżem parabolicznym i natką pietruszki na wywarze warzywnym (7,9,10)	250 ml	Zupa z fasoli białej z ziemniakami i z natką pietruszki (9)	250 ml	Zupa pieczarkowa z kaszą pęczak zabieleną z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,7,9)	250 ml	Zupa krem z pieczonej marchewki z ziemniakami zabieleną mlekiem kokosowym posypana ziarnami słonecznika na wywarze warzywnym (9)	250 ml
	Gulasz wieprzowy z włoszczyzną z natką pietruszki w sosie paprykowym zagęszczonym mąką pszenną [1,9]	140 g	Kotlet pożarski z kurczaka panierowany w bułce tartej (1,3)	90 g	Pancake z mąki pszennej (1,3,7)	4 szt.	Nugetsy z kurczaka panierowane w płatkach kukurydzianych z dodatkiem bułki tartej (1,3)	90 g/4 szt.	Pulpet z ryby Mintaj z kaszą manną panierowane w bułce tartej z sosem pomidorowym z mąką pszenną (1,3,4)	90 g/50 ml
	Mix kasz jęczmienna, bulgur gryczana (1)	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Polewa malinowa na bazie jogurtu (7)	50 ml	Ziemniaki puree (7)	130 g	Ryż paraboliczny	130 g
	Mix sałat z kukurydzą z sosem winegret (10)	60 g	Surówka z kapusty czerwonej z cebulką i koperkiem z oliwą	100 g	Surówka z marchewki tartej z brzoskwinia i z sokiem z cytryny	60 g	Surówka z rzodkwi białej z kukurydzą porem sosem jogurtowo- majonezowym (3,7,10)	100 g	Surówka z kapusty kiszzonej z jabłkiem natką pietruszki i oliwą (10)	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. 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:
 Dominika Miklas
 Dietetyk kliniczny



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA POPIELCOWA	CZWARTEK	PIĄTEK					
OBIAD	Zupa jarzynowa z kalaflorem zabelana ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Tradycyjny krupnik z kaszy jęczmiennej z natką na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml	Zupa krem z pieczonych papryki i dyni z natką pietruszki z grzankami pszennymi na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml	Zupa brukselkowa zabelana z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa z soczewicy z kaszą jaglaną, pomidorami, zabelana mlekiem kokosowym z natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml
	Makaron z mąki durum z kawałkami indyka w sosie śmietanowym ze szpinakiem zagęszczonym mąką pszenną (1,3,7)	270 g	Udka pieczone w ziołach	90 g	Paluszki rybne z Mintaja w bułce tartej [1,3,4]	4 szt.	Klopsik z mięsa wieprzowego z marchewką z sosem pieczarkowym zagęszczonym mąką pszenną [1,3]	90 g/50 ml	Pierogi ruskie ziemniaczano-serowe cebulką ciasto z mąki pszennej i pełnoziarnistej -wyrób własny (1,3,7)	9 szt.
			Ziemniaki z koperkiem	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Kasza bulgur (1)	130 g	Jogurt naturalny (7)	50 ml
	Mix sałat z rukolą, papryką, kukurydzą z sosem winegret (10)	60 g	Surówka z marchewki i selera z natką pietruszki z sosem jogurtowym (7,9)	100 g	Surówka z kapusty kiszonej z porem z natką pietruszki i z oliwą (10)	100 g	Buraczki lekko chrzanowe	60 g	Kapusta czerwona ze śmietaną (7)	60 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 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 ogórkowa z ziemniakami zabieleną z koperkiem na wywarze warzywnym (7,9,10)	250 ml	Zupa krem serowo (mozzarella) -brokułowy z koperkiem i grzankami pszennymi na wywarze warzywnym (1,7,9)	250 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami koperkiem na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Rosół z kluseczkami z mąki durum na wywarze drobiowo- warzywnym z natką pietruszki (1,3,9)	250 ml	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami, pomidorami z natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml
	Makaron z mąki durum z mięsem mielonym wieprzowym z sosem bolognese z włoszczyzną zagęszczony mąką kukurydziana (1,3,9)	320 g	Bitka wieprzowa oprószana mąką pszenną z cebulką (1)	90 g	Ryż z kawałkami kurczaka w sosie śmietanowo-pieczarkowym z mąką pszenną (1,7)	270 g	Ryba Mintaj panierowana w bułce tartej z dodatkiem sezamu (1,3,4,11)	90 g	Kluski leniwe z mąki pszennej - wyrób własny (1,3,7)	220 g
			Ziemniaki puree (7)	130 g			Ziemniaki z koperkiem	100 g	Polewa truskawkowo-waniliowa na jogurcie (7)	50 ml
	Surówka z selera, pora, kukurydzy z oliwą (9)	60 g	Coleślaw z kapusty z białej i czerwonej z majonezem (3,10)	100 g	Mix sałat z ogórkiem zielonym z sosem winegret (10)	60 g	Surówka z kapusty kiszonej z papryką i oliwą (10)	100 g	Surówka z marchewki tartej z orzechami i z sokiem z cytryny (5,8)	60 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



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa pieczarkowa zabieleną z ziemniakami na wywarze warzywnym z natką pietruszki (7,9)	250 ml	Zupa grysikowa na wywarze drobiowo-warzywnym z natką pietruszki (1,9)	250 ml	Zupa krem z pieczonego buraka z ziemniakiem natką pietruszki na wywarze warzywnym posypana płatkami migdałów (8,9)	250 ml	Zupa żurek z zakwasu żytniego z jajkiem, z ziemniakami posypany majerankiem na wywarze warzywnym (1,3,9)	250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem z mąki durum i natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,3,9)	250 ml
	Gulasz meksykański z mięsem mielonym wieprzowym z fasolą czerwoną kukurydzą papryką z mąką kukurydzianą	140 g	Filet z kurczaka panierowany w bułce tartej z dodatkiem słonecznika (1,3)	90 g	Kaszotto z kaszy bulgur mięsem wieprzowym w kawałku z kalafiolem brokułem kukurydzą w sosie śmietanowo koperkowym z mąką pszenną (1,7)	270 g	Czekoladowe naleśniki z serkiem białym - wyrób własny z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1,3,7)	2 szt.	Mintaj panierowany w bułce tartej (1,3,4)	90 g
	Ryż paraboliczny	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g			Polewa truskawkowa na bazie jogurtu (7)	80 ml	Ziemniaki z koperkiem	130 g
	Mix sałat z rzodkiewką z sosem winegret (10)	60 g	Salatka z ogórka kiszzonego z cebulką i oliwą (10)	100 g	Surówka z kapusty białej z ogórkiem koperkiem i oliwą	60 g	Marchewka tarta z sosem mango	60 g	Surówka z kiszzonej kapusty z żurawiną i z oliwą (10)	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 Miklas Dietetyk kliniczny										