



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	DZIEŃ MARCHEWKI	PIĄTEK			
OBIAD		Zupa z kolorowej fasolki szparagowej zabelana z ziemniakami na wywarze warzywnym z koperkiem (7,9)	250 ml	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
		Ryż z jabłkami prażonymi z cynamonem	250 g	Kotlet mielony z mięsa wieprzowego z włośzczyną 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
		Polewa truskawkowa na jogurcie (7)	50 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Kasza bulgur (1)	130 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g
		Surówka z marchewki w sosie mango z orzechami (5,8)	60 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
		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 ZBODNIE 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. Barczycza 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 Miktaś
 Dietetyk kliniczny



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	DZIEŃ ZUPY Z SOCZEWICĄ				
OBIAD	Zupa jarzynowa z kalafiorom, fasolką szparagową, zielonym groszkiem i ziemniakami zabieleną na wywarze warzywnym z koperkiem (7,9)	250 ml	Zupa grysikowa na wywarze drobiowo - warzywnym z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml	Zupa szczawiowa zabieleną z jajkiem z ziemniakami z koperkiem na wywarze warzywnym (3,7,9)	250 ml	Zupa krem z pieczonej dyni z sokiem pomarańczowym na wywarze warzywnym z grzankami pszennymi (1,9)	250 ml	Zupa z soczewicy czerwonej z pomidorami z mlekiem kokosowym z kaszą pęczak i natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml
	Udko pieczone z sosem pieczeniowym zagęszczonym z mąką pszenną [1]	90 g/50 ml	Rumsztyk mielony z mięsa wieprzowego podany z cebulką (1,3)	90 g	Gulasz po węgiersku z indykiem w kawałkach, papryką w sosie pomidorowym zagęszczonym mąką pszenną (1)	140 g	Ryba Mintaj panierowany w słoneczniku i bułce tartej (1,3,4)	90 g	Pierogi ruskie - ziemniaczano - serowe z cebulką - wyrób własny z dodatkiem mąki pszennej i pełnoziarnistej [1,3,7]	9 szt.
	Ryż paraboliczny	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Kluski śląskie [3]	140 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g		
	Kapusta czerwona w sosie majonezowym (3,10)	100 g	Salatka z ogórka kiszzonego z porzem i oliwą (10)	100 g	Buraczki z cebulką i oliwą	60 g	Surówka z kapusty kiszzonej z jabłkiem i oliwą (10)	100 g	Surówka z marchewki 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 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. 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 zabieleną 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 zabieleną 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) 90 g	Pancake z mąki pszennej (1,3,7) 270 g	Ryba Mintaj panierowana w sezamie i bułce tartej (1,3,4,11) 3 szt.	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	
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 slarczany, 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 DZIEŃ PIECZAREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK					
OBIAD	Zupa krem z pora i ziemniaka z koperkiem na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa pieczarkowa zabieleną z makaronem z mąki durum z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,3,7,9)	250 ml	Zupa ogórkowa zabieleną z dodatkiem kaszy jaglanej i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9,10)	250 ml	Rosół z drobnym makaronem z mąki durum na wywarze drobiowo-warzywnym z natką pietruszki (1,3,9)	250 ml	Zupa lekka grochówka z ziemniakami na wywarze warzywnym z natką pietruszki (9)	250 ml
	Delikatny butter chicken -kurczak w kawałku, kalafior, papryka, cebula w sosie pomidorowym z mlekiem kokosowym z maka kukurudziana i	140 g	Kotlet pożarski drobiowy mielony z włoszczyzną (1,3,9)	90 g	Pieczony schab w ziołach z sosem pieczeniowym z cebulką zagęszczony mąką pszenną (1)	90 g/50 ml	Paluszki rybne z Mintaja panierowane klasycznie (1,3,4)	4 szt.	Nalesniki z serkiem brzoskwinowym -wyrób własny z dodatkiem mąki pszennej pełnoziarnistej (1 3 7)	2 szt.
	Ryż paraboliczny	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
	Kapusta biała z sosem mango	60 g	Ćwikła lekko chrzanowa	100 g	Fasolka szparagowa z bułką tartą i masłem (1,7)	60 g	Surówka z kapusty kiszonej z żurawiną (10)	100 g	Surówka marchewki z jabłkiem z sokiem z cytryny	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 ZBODNIE 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. Nasiono 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	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 kukurydziana	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
	Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml	Kompot owocowy jabłko śliwka	200 ml	Kompot owocowy jabłko porzeczką	200 ml

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POŚLĄKACH ZBODNIE 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. Skorupkiaki i produkty pochodne, 3.jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soję 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 slarki i slarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Młczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwa obecność powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:
Dominika Miklas
 Dietetyk kliniczny