



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK		
OBIAD		Zupa jarzynowa z brukselką z ziemniakami zabieleną 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 pora zabieleny z ziemniakami i dodatkiem sera mozzarella na wywarze warzywnym z pestkami dyni (7,9)	250 ml	Zupa pieczarkowa zabieleną z makaronem z mąki durum na wywarze warzywnym i natką pietruszki (1,3,7,9)	250 ml	Orientalna zupa z ciecierzycy z kaszą bulgur z mlekiem kokosowym i curry na wywarze warzywnym z natką pietruszki (1,9)	250 ml
		Makaron świderki z mąki durum z sosem bolognese i mięsem wieprzowym mielonym z włoszczyzną zagęszczony mąką pszenną (1,3,9)	320 g	Udko pieczone w ziołach	90 g	Risotto z mięsem drobiowym w kawałkach z kolorowymi warzywami (brokuł, papryka, kukurydza) z sosem śmietanowo - koperkowym zagęszczonym mąką pszenną (1,7)	270 g	Ryba Mintaj panierowany w bulce tartej (1,3,4)	90 g	Naleśniki z serem waniliowym ciasto z mąki pszennej- wyrób własny (1,3,7)	2 szt
				Ziemniaki puree z koperkiem (7)	130 g			Ziemniaki z koperkiem	130 g		
		Surówka z białej kapusty z koperkiem i oliwą	60 g	Mix sałat z rukolą rozponką papryką i sosem winegret posypana słonecznikiem (10)	100 g	Buraczki z oliwą	60 g	Kapusta kiszona z jabłkiem oliwą (10)	100 g	Sałatka z ananaseм gruszką i brzoskwiniami	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
		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 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. Barczyca 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 z pieczonej papryki z soczewicą zagęszczony ziemniakami na wywarze warzywnym z natką (9)	250 ml	Zupa rosół z makaronem z mąki durum na wywarze drobiowo-warzywnym z natką pietruszki (1,3,9)	250 ml	Zupa żurek z ziemniakami i jajkiem zabieleny na wywarze warzywnym z koperkiem (1,3,7,9,10)	250 ml	Zupa pomidorowa zabieleny z ryżem na wywarze warzywnym z natką pietruszki (7,9)	250 ml
		Ryż z jabłkiem prażonym i posypką orzechową (5,8)	250 g/ 5 g	Kotlet filet z kurczaka panierowany w bułce tartej (1,3)	90 g	Pulpeciki wieprzowo wołowe z dodatkiem soi w sosie pieczeniowym z cebulką z mąką pszenną (1,6)	6 szt./ 50 ml	Ryba Mintaj panierowany klasycznie w bułce tartej i słonecznikiem (1,3,4)	90 g
		Polewa jogurtowo waniliowa (7)	50 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g	Kasza pęczak [1]	130 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g
		Marchew tarta z sosem mango	60 g	Surówka z ogórka kiszzonego z marchewką i oliwą (10)	100 g	Buraczki z jabłkiem i oliwą	100 g	Surówka z kiszzonej kapusty z żurawiną i oliwą (10)	100 g
		Owoc sezonowy	1 szt./ 100	Owoc sezonowy	1 szt./ 100	Owoc sezonowy	1 szt./ 100	Owoc sezonowy	1 szt./ 100
		Kompot owocowy jabłko śliwka	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml	Kompot owocowy jabłko porzeczka	200 ml	Kompot owocowy jabłko agrest	200 ml
<p>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.</p>								<p>OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA: Dominika Miktaś Dietetyk kliniczny</p>	



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK					
OBIAD	Zupa jarzynowa z kalaflorem i fasolką szparagową zabieleną z ziemniakami na wywarze warzywnym i natką pietruszki (7,9)	250 ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml	Zupa ogórkowa z ryżem parabolicznym i zabieleną na wywarze warzywnym z koperkiem (7,9,10)	250 ml	Rozgrzewająca zupa węgierska z papryką, cebulą, mięsem mielonym z kaszą pęczak (1,9)	250 ml	Zupa lekka grochówka z ziemniakami na wywarze warzywnym z natką pietruszki (9)	250 ml
	Makaron penne z mąki durum z mięsem z kurczaka w kawałku z pesto bazylowym, brokułem i serem mozzarellą (1,3,7,8)	270 g	Kotlet pożarski z mięsa drobiowego z bułką tartą (1,3)	90 g	Bitka wieprzowa w sosie śmietanowo pieczarkowym zagęszczona mąką pszenną (1,7)	90 g/50 ml	Paluszki rybne z fileta Mintaja panierowane w bułce tartej (1,3,4)	4 szt	Pierogi ruskie ziemniaczano - serowe, wyrób własny z dodatkiem mąki pszennej i pełnoziarnistej omaszczone cebulką (1,3,7)	9 szt.
			Ziemniaki z koperkiem	130 g	Kluski śląskie (3)	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g		
	Surówka mix sałat z kukurydzą, papryką i sosem winegret (10)	60 g	Marchew z groszkiem i masłem (7)	100 g	Buraczki z porem i oliwą	100 g	Surówka z marchewki i selera ze śmietaną (7,9)	100 g	Surówka z kapusty białej z ogórkiem, kukurydzą z oliwą	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
	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. Skarupki 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. Garczyca 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



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa jarzynowa z kalafiolem i brokułem zabelana z ziemniakami na wywarze warzywnym i natką pietruszki (7,9)	250 ml	Zupa fasolowa z ziemniakami i kielbaską z natką pietruszka (1,6,9,10)	250 ml	Krem z pieczonego buraka z kaszą jaglaną i z natką pietruszki na wywarze warzywnym posypyany słonecznikiem (9)	250 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem zabelana z ziemniakami na wywarze warzywnym i natką pietruszki (3,7,9)	250 ml	Zupa pomidorowa zabelana z makaronem z mąki durum z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,3,7,9)	250 ml
	Leczo z mięsem wieprzowym z cukinią, papryką, cebulką w sosie pomidorowym zagęszczonym mąką kukurydzianą	140 g	Pancake z dodatkiem mąki pszennej (1,3,6,7,8,10)	3 szt.	Kotlet schabowy panierowany klasycznie (1,3)	90 g	Potrąwka drobiowa z dynią, marchewką duszoną z dodatkiem mleka kokosowego (1)	140 g	Ryba Mintaj panierowany w słoneczniku w bułce tartej (1,3,4)	90 g
	Kasza bulgur (1)	130 g	Polewa malinowa z jogurtem naturalnym (7)	50 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g	Kopytka z mąki pszennej (1,3)	130 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g
	Surówka z ogórkiem kiszonym i porem z oliwą (10)	60 g	Jabłko prażone	60 g	Colesław z marchewką (3,10)	100 g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką pszenną tartą (1,7)	60 g	Surówka z kapusty kiszonej z papryką i oliwą (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 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. 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. 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