



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		WIELKI CZWARTEK		WIELKI PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200 ml	Zacierka z mąki durum na mleku (1a,3,7)	200 ml	Kakao na mleku (7)	200 ml	Płatki kukurydziane na mleku (7)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml
	Chleb jasny i razowy (1a)	50 g	Chleb jasny i graham (1a)	50 g	Chleb pszenno - żytni [1a,1b]	50 g	Chleb wielozłarnisty i jasny (1a,1c,1d,11)	50 g	Kajzerka (1a)	1 szt.
	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g
	Twarożek z ziołami (7)	20 g	Ser żółty (7)	20 g	Jajko w sosie tatarskim (3,7,10)	1 szt./20 g	Szynka wieprzowa (1a,6,9,10)	20 g	Ser żółty (7)	20 g
	Szynka drobiowa (1a,6,9,10)	20 g	Papryka	20 g	Szynka świąteczna (1a,6,9,10)	20 g	Papryka	20 g	Paprykarz wegański (9)	20 g
	Rzodkiewka	20 g	Rukola	3 g	Rzeżucha	3 g	Salata	5 g	Ogórek	20 g
					Rzodkiewka	20 g			Salata	5 g
OWOC + SOK	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
	Sok owocowy [tłoczony]	150 ml	Sok owocowy [tłoczony]	150 ml	Sok owocowy [tłoczony]	150 ml	Sok owocowy [tłoczony]	150 ml	Sok owocowy [tłoczony]	150 ml
OBIAD	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami i pomidorami z koperkiem na wywarze warzywnym (9,10)	250 ml	Zupa krem z zielonego groszku, zabieleny na wywarze warzywnym z grzankami pszennymi (1a,7,9)	250 ml	Zupa żurek z ziemniakami i kiełbaską na wywarze warzywnym z majerankiem (1a,1b,6,9,10)	250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem parabolicznym zabieleny na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa koperkowa z ryżem parabolicznym, zabieleny na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml
	Makaron świderki z mąki durum z sosem neapolitańskim z mięsem mielonym wieprzowym włoszczyzną zagęszczony mąką pszenną i posypyany serem mozzarella (1a,3,7,9)	220 g	Ryż paraboliczny z jabłkami prażonymi	220 g	Schab w sosie pieczeniowym z dodatkiem musztardy (1a,10)	1 szt./50 ml	Pulpecik z indyka w śmietankowym sosie koperkowym (1a,3,7)	1 szt./50 g	Ryba mintaj panierowany z sezamem (1a,3,4,11)	70 g
			Polewa waniliowo-cynamonowa na jogurcie (7)	50 g	Mix kasz jęczmienna wiejska i pęczak (1c)	100 g	Kopytka (1a,3)	100 g	Ziemniaki	130 g
	Mix sałat z kukurydzą i sosem winegret (10)	40 g	Surówka z marchewki i orzechów z sokiem z cytryny (5,8)	40 g	Tradycyjna ówika z chrzanem z olejem	80 g	Colesław z czerwonej kapusty z majonezem (3,10)	80 g	Salatka z ogórków kiszonych z olejem rzepakowym tłoczonym na zimno (10)	80 g
	Mięta	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
PODWIECZOREK	Koktajl malina brzoskwinia z jogurtem i z miodem (7)	150 g	Mini bułka maślana pszenna + masło (1a,3,7)	1 szt./5 g	Ciasto świąteczne (1a,3,7)	1 por.	Kremowy serek z truskawkami i herbatnikami (1a,3,7)	150 g	Mus owocowy	1 szt

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. Skorupki i produkty pochodne, 3.jajka 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. Brzoszczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutielenki słarki i słarczany, 13. fubin i produkty pochodne, 14. Mleczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyższych wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:
Natalia Wanga-Czajewska
 Dietetyk kliniczny

	PONIEDZIAŁEK WIELKANOCNY		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE			Herbata owocowa	200 ml	Kawa zbożowa na mleku (1b,1c,7)	200 ml	Płatki owsiane na mleku (1d,7)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml
			Chleb jasny i razowy (1a)	50 g	Chleb jasny i żytni (1a,1b)	50 g	Chleb jasny i razowy (1a)	50 g	Kajzerka (1a)	1 szt.
			Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g
			Ser żółty (7)	20 g	Paszтет drobiowo-wieprzowy (1a,6,9,10)	20 g	Schab pieczony (1a,6,9,10)	20 g	Pasta z jajka z majonezem (3,10)	20 g
			Szynka wieprzowa (1a,6,9,10)	20 g	Serek wiejski ze szczypiorkiem (7)	20 g	Rzodkiewka	20 g	Ser żółty (7)	20 g
			Ogórek kiszony (10)	20 g	Papryka	20 g	Ogórek	20 g	Pomidor	20 g
OWOC + SOK			Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g
			Sok owocowy [tłoczony]	150 ml	Sok owocowy [tłoczony]	150 ml	Sok owocowy [tłoczony]	150 ml	Sok owocowy [tłoczony]	150 ml
OBIAD			Zupa jarzynowa z kalafiem zabieleną na wywarze warzywnym posypana natką (7,9)	250 ml	Zupa ogórkowa zabieleną z ziemniakami na wywarze warzywnym i koperkiem (7,9,10)	250 ml	Zupa neapolitańska z makaronem z mąki durum i serem mozzarella posypana natką pietruszki na wywarze warzywnym (1a,3,7,9)	250 ml	Zupa krem brokułowo - serowy [mozzarella] z kaszą jaglaną i natką na wywarze warzywnym posypany pestkami dyni (7,9)	250 ml
			Leczo z cukinią, pomidorami i pieczoną kielbaską wieprzową z dodatkiem natki pietruszki (1a,6,9,10)	120 g	Gulasz drobiowy z pieczarkami zielonym groszkiem w sosie śmietanowym (1a,7)	120 g	Pałeczka z kurczaka z ziołami	2 szt.	Ryba Mintaj panierowany z bułką tartą i sezamem (1a,3,4,11)	70 g
			Kasza bulgur (1a)	100 g	Ryż paraboliczny	100 g	Ziemniaki	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g
			Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem (7)	40 g	Buraczki tarte z olejem	40 g	Colesław z marchewką w sosie majonezowym (3,10)	80 g	Surówka z kapusty kiszzonej z papryką i z olejem (10)	80 g
			Kompot owocowy jabłko - śliwka	200 ml	Kompot owocowy jabłko - agrest	200 ml	Kompot owocowy jabłko - porzeczka	200 ml	Kompot owocowy jabłko - agrest	200 ml
PODWIECZOREK			Pieczywo chrupkie pszenne razowe (1a) + pasta z pieczonych warzyw z sezamem (11)	2 szt./20 g	Chałka z kruszonką i miodem (1a,3,7)	50g/10g	Budyń czekoladowy na mleku z konfiturą malinową (7)	150 g	Brzoskwińowa chmurka na biszkopecie pszennym (1a,3,7)	150 g

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSILKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 26 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.jajka 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. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. tulin 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:
Natalia Wąga-Czajewska
 Dietetyk kliniczny



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200 ml	Kociołek z płatków jęczmiennych i żytnich na mleku (1b,1c,7)	200 ml	Kakao na mleku (7)	200 ml	Kasza jaglana na mleku (7)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml
	Chleb Jasny I razowy (1a)	50 g	Chleb Jasny I graham (1a)	50 g	Chleb Jasny I wieloziarnisty (1a,1c,1d,11)	50 g	Chleb pszenno - żytni [1a,1b]	50 g	Kajzerka (1a)	1 szt.
	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g
	Gzik z rzodkiewką i szczypiorkiem (7)	20 g	Ser żółty (7)	20 g	Parówka drobiowa z wysoką zawartością mięsa (1a,6,9,10)	1 szt.	Schab pieczony (1a,6,9,10)	20 g	Pasta z jajka z tuńczykiem z majonezem (3,4,10)	20 g
	Szynka z drobiowa (1a,6,9,10)	20 g	Rzodkiewka	20 g	Serek kanapkowy z ogórkiem (7)	20 g	Pomidor	20 g	Ser żółty gouda (7)	20 g
	Ogórek kiszony (10)	20 g	Salata	5 g	Papryka	20 g	Rukola	3 g	Ogórek	20 g
					Ketchup (1a,10)	20 g	Salata	5 g		
OWOC + SOK	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
	Sok owocowy [tłoczony]	150 ml	Sok owocowy [tłoczony]	150 ml	Sok owocowy [tłoczony]	150 ml	Sok owocowy [tłoczony]	150 ml	Sok owocowy [tłoczony]	150 ml
OBIAD	Zupa szczawiowa z jajkiem zabieleną z ziemniakami na wywarze warzywnym z koperkiem (3,7,9)	250 ml	Zupa krupnik z kaszy pęczak na wywarze warzywnym z natką pietruszki (1c,9)	250 ml	Zupa krem ziemniaczano - serowy [ser mozzarella, ser żółty] na wywarze warzywnym z natką pietruszki posypana pestkami dyni (7,9)	250 ml	Zupa rosół z makaronem z pszenicy durum z natką pietruszki na wywarze drobiowo- warzywnym (1a,3,9)	250 ml	Zupa grochowa z kiełbaską pieczoną i ziemniakami na wywarze warzywnym z koperkiem (1a,6,9,10)	250 ml
	Pulpeciki wieprzowo- wołowe z dodatkiem soi w sosie śmietanowo - ziołowym (1a,6,7)	4 szt./50 ml	Ryba Mintaj panierowany z bułką tartą (1a,3,4)	70 g	Makaron penne z mąki durum z kawałkami indyka z pesto bazyliowym i brokułem (1a,3,5,7,8)	220 g	Kotlet mielony drobiowo- wieprzowy (1a,3)	70 g	Pierogi ruskie twarogowo- ziemniaczane wyrób domowy z dodatkiem mąk pełnoziarnistych (1a,3,7) okraszone cebulką	6 szt.
	Ryż paraboliczny	100 g	Ziemniaki puree (7)	130 g			Ziemniaki	130 g		
	Surówka z kapusty białej z koperkiem i olejem	80 g	Colesław z kolorowej kapusty z majonezem (3,10)	80 g	Mix sałat z kukurydzą z zielonym groszkiem prażonym słonecznikiem i olejem	40 g	Surówka marchew seler na śmietanie (7,9)	80 g	Salatka z buraczków z olejem rzepakowym tłoczonym na zimno	40 g
	Mięta	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
PODWIECZOREK	Koktajl borówkowy z chia z jogurtem (7)	150 ml	Kisiel owoce leśne z chrupkami kukurydzianymi	150 g /5 g	Mufinka z Torcikowej Chatki z czerwoną porzeczką - wyrób domowy (1a,3,7)	1 szt.	Deserek domowe ptasie mleczko (7)	150 g	Kukurydza gotowana	1 szt.

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. Ćwirocy i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek slarki i slarczany, 13. Ćwiro i produkty pochodne, 14. Mleczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyższych wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:
Natalia Wanga-Czajewska
 Dietetyk kliniczny