



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200 ml	Czekoladowe kulki pszenne o obniżonej zawartości cukru na mleku (1,7)	200 ml	Kawa zbożowa (jęczmień żyto) na mleku (1,7)	200 ml	Kakao na mleku (7)	200 ml	Kasza jaglana na mleku z musem borówkowym (7)	200 ml
	Pieczywo jasne graham (1)	50 g	Pieczywo pszenno - żytnie (1)	50 g	Pieczywo jasne graham (1)	50 g	Pieczywo wielozziarniste (1,11)	50 g	Kajzerka (1)	1 szt
	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g
	Twarożek z koperkiem (7)	20 g	Ser żółty (7)	20 g	Pasta z jajka z porem na majonezie (3,10)	20 g	Schab pieczony (1,6,9,10)	20 g	Jajko gotowane z sosem tatarskim (3,10)	1 szt/ 20 g
	Szynka drobiowa (1,6,9,10)	20 g	Pomidor	20 g	Pasztet wieprzowy zapiekany (1,6,9,10)	20 g	Hummus (11)	20 g	Pomidor	20 g
	Rzodkiewka	20 g	Papryka	20 g	Ogórek	20 g	Ogórek kiszony (10)	20 g	Salata	5 g
OWOC + SOK	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g
	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 brokułowa zabieleną śmietaną roślinną z ziemniakami na wywarze warzywnym z koperkiem (9)	250 ml	Zupa rosół z kluseczkami z mąki durum na wywarze drobiowo warzywnym z natką pietruszki i lubczykiem (1,3,9)	250 ml	Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami zabieleną śmietaną roślinną majerankiem na wywarze warzywnym z koperkiem (9)	250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem parabolicznym na wywarze warzywnym z natką pietruszki (9)	250 ml	Zupa krem z pieczonej dyni z mlekiem kokosowym z dodatkiem ziemniaków na wywarze warzywnym posypana pestkami dyni (9)	250 ml
	Leczo z kielbaską wieprzową w kawałkach z cukinia papryka soczewicą w sosie pomidorowym zagęszczone mąką pszenną (1,6,9,10)	120 g	Paluszki rybne z Mintaja z bulką tartą (1,3,4)	3 szt	Gulasz z mięsa indyka w sosie śmietanowo pieczarkowym z natką pietruszki zagęszczone mąką pszenną (1,7)	120 g	Udko pieczone w ziołach	70 g	Pierogi ruskie z farszem ziemniaczano serowym - omaszczone cebulką -ciasto z mąki pszennej (1,3,7)	6 szt
	Ryż paraboliczny	100 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Kasza jęczmienna (1)	100 g	Ziemniaki	130 g		
	Surówka z ogórka kiszzonego z cebulką i oliwą (10)	40 g	Bukiet warzyw z masłem (7)	80 g	Surówka z kapusty białej z papryką natką i oliwą	80 g	Marchewka z groszkiem i masłem (7)	80 g	Buraczki z oliwą	40 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
PODWIECZOREK	Maślanka truskawkowa do picia (7) + chrupki kukurydziane	150 ml / 5 g	Domowe ciasto z agrestem Torcikowej Chatki wyrób z mąki pszennej (1,3,7)	50 g	Jogurt naturalny grecki z kawałkami kolorową galaretką malinową, pomarańczową i borówkową (7)	150 g	Brzoskwińowo- twarogowy pucharek z kawałkami brzoskwini posypany wiórkami kokosa (7)	150 g	Mus jabłkowy + biszkopty pszenne (1,3,7)	150 g/ 2 szt
<p>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. Mięczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwa obecność powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.</p>									<p>OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA: Dominika Miklas Dietetyk kliniczny</p>	

	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200 ml	Kawa zbożowa (jęczmień żyto) na mleku (1,7)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml	Kakao na mleku (7)	200 ml	Zacierka z mąki durum na mleku (1,3,7)	200 ml
	Pieczywo jasne graham (1)	50 g	Pieczywo jasne razowe (1)	50 g	Kajzerka pszenna (1)	1 szt.	Pieczywo jasne graham (1)	50 g	Pieczywo wieloziarniste (1,11)	50 g
	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g
	Ser żółty (7)	20 g	Polędwica drobiowa (1,6,9,10)	20 g	Ser żółty (7)	20 g	Szynka wieprzowa (1,6,9,10)	20 g	Pasta z jajka ze szczypiorkiem na majonezie (3,10)	20 g
	Dżem truskawkowy niskosłodzony	20 g	Pasta z jajka i tuńczykiem z majonezem i koperkiem (3,4,10)	20 g	Indyk pieczony (1,6,9,10)	20 g	Pasta z pieczonej marchewki z sezamem (11)	20 g	Salata	5 g
	Rzodkiewka tarta	20 g	Ogórek	20 g	Salata	5 g	Papryka	20 g	Ogórek	20 g
				Pomidor	20 g					
OWOC + SOK	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Kukurydza gotowana	100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100g	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 pomidorowa z makaronem z mąki durum zabieleną śmietaną roślinną z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,3,9)	250 ml	Delikatna zupa grochówka z kielbaską wieprzową z wysoką zawartością mięsa z ziemniakami z majerankiem i natką (1,6,9,10)	250 ml	Krem z białych warzyw zabieleny śmietaną roślinną na wywarze warzywnym i z koperkiem z grankami pszennymi (1,9)	250 ml	Zupa ogórkowa zabieleną śmietaną roślinną z ziemniakami na wywarze warzywnym i z koperkiem (9,10)	250 ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,9)	250 ml
	Pulpeciki wieprzowo wołowe w sosie pieczeniowym zagęszczony mąką pszenną (1,6)	4 szt/50 ml	Naleśniki z serkiem białym z mąki pszennej - wersja pieczona (1,3,7)	2 szt	Kotlet schabowy panierowany klasycznie w bułce tartej (1,3)	70 g	Kotlet warzywny z czerwoną fasolą w sosie śmietanowo pieczarkowym zagęszczony mąką pszenną (1,7)	70 g/ 50 ml	Ryba Mintaj panierowana z bułką tartą z dodatkiem słonecznika (1,3,4)	70 g
	Kasza gryczana	100 g	Polewa brzoskwińowa na maśle (7)	50 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Ryż paraboliczny	100 g	Ziemniaki	130 g
	Surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem i oliwą	80 g	Marchewka z ananasek z sokiem z cytryny	40 g	Mizeria z jogurtem i szczypiorkiem (7)	80 g	Fasolka szparagowa z masłem i bułką tartą (1,7)	80 g	Surówka z kapusty kiszzonej z cebulką i oliwą (10)	80 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
PODWIECZOREK	Rogalik pszenny z czekoladą (1,3,7)	1 szt.	Wafle ryżowe + masło orzechowe B/C 100 % (5,8)	2 szt./20 g	Koktajl mango lassi z bananem i sokiem pomarańczowym + herbatniki pszenne (1,3,7)	150 ml/3 szt.	Chaiłka pszenna (1,3,7) + miód naturalny z pasieki + masło (7)	50 g/ 10 g/ 5 g	Deser kremowego serka białego z musem porzeczkowym na biszkoptach pszennych (1,3,7)	150 g
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. lubin 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 Milkłás Dietetyk kliniczny	