



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200 ml	Płatki kukurydziane na mleku (7)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml	Kakao na mleku (7)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml
	Chleb jasny i razowy (1a)	50 g	Chleb pszenno - żytni (1a,b)	50 g	Chleb pszenno - żytni (1a,b)	50 g	Chleb jasny i graham (1a)	50 g	Bułka grahamka (1a)	1 szt
	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g
	Szynka wieprzowa (1a,6,9,10)	20 g	Indyk pieczony (1a,6,9,10)	20 g	Ser żółty (7)	20 g	Szynka drobiowa (1a,6,9,10)	20 g	Pasta jajeczna z majonezem i szczypiorkiem (3,10)	20 g
	Pasztet drobiowy pieczony (1a,6,9,10)	20 g	Salata	5 g	Paprykarz wegański (9)	20 g	Pasta z kurczaka z włoszczyzną (9)	20 g	Ser żółty (7)	20 g
	Pomidor	20 g	Papryka	20 g	Pomidor	20 g	Ogórek	20 g	Ogórek kiszony (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 ogórkowa z ziemniakami zabelana z koperkiem na wywarze warzywnym (7,9,10)	250 ml	Zupa krem serowa (mozzarella) - brokułowa z koperkiem i grzankami pszennymi na wywarze warzywnym (1a,7,9)	250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem z młki durum zabelana z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1a,3,7,9)	250 ml	Zupa barszcz ukraiński z ziemniakami z dodatkiem fasoli z koperkiem na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Tradycyjny krupnik z kaszy jęczmiennej z natką na wywarze warzywnym (1c,9)	250 ml
	Racuchy z jabłkiem z młki pszennej z dodatkiem młki pełnoziarnistej (1a,3,7)	2 szt.	Makaron penne z młki durum z kawałkami kurczaka w sosie śmietanowym z dodatkiem cukiinii (1a,3,7)	220 g	Kotlet schabowy panierowany z sezamem i bułką tartą pełnoziarnistą (1a,3,11)	70 g	Gulasz wegetariański fasola czerwona papryka kukurydza w sosie pomidorowym zagęszczony młką pszenną (1a)	120 g	Ryba Mintaj panierowana w bułce tartej pełnoziarnistej (1a,3,4)	70 g
	Polewa waniliowa na jogurcie (7)	50 ml			Ziemniaki puree (7)	130 g	Ryż paraboliczny	100 g	Ziemniaki	130 g
	Surówka z marchewki tartej z ananase i z sokiem z cytryny	40 g	Mix sałat z sosem winegret (10)	40 g	Coleślaw z kapusty z białej i czerwonej z majonezem (3,10)	80 g	Marchewka mini z oliwą	40 g	Surówka z kapusty kiszonej z papryką i oliwą (10)	80 g
	Kompot owocowy truskawka porzeczka	200 ml	Kompot owocowy truskawka śliwka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml	Kompot owocowy truskawka porzeczka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml
PODWIECZOREK	Pieczyczo chrupkie (1a) + pasta twarogowa (7)	2 szt / 20 g	Deser ryżowy gotowany na mleku z dodatkiem musu malinowego (7)	130 g	Koktajl porzeczka - banan na maślanie z miodem (7)	130 ml	Brioszka pszenna z serem (1a,3,7)	1 szt	Galaretka wiśniowa z borówką z jogurtem (7)	150 g

 KANZEON WROCŁAWSKI CATERING SP. Z O.O. PAZDŹNIK TYDNIEN II 05.10.2026 - 09.10.2026 JADŁOSPIS PODSTAWOWY PRZEDSZKOLE 43										
ŚNIADANIE	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
	Herbata owocowa	200 ml	Kakao na mleku (7)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml	Płatki owsiane na mleku (1d,7)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml
	Chleb jasny i razowy (1a)	50 g	Chleb pszenny i wieloziarnisty (1a,c,d,11)	50 g	Chleb wieloziarnisty (1a,c,d,11)	50 g	Chleb pszenno - żytni (1a,b)	50 g	Bułka żytnia (1b)	1 szt.
	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g
	Paszтет wieprzowy (1a,6,9,10)	20 g	Szynka drobiowa (1a,6,9,10)	20 g	Pasta twarogowa z brokułem i słonecznikiem (7)	20 g	Indyk pieczony (1a,6,9,10)	20 g	Ser żółty (7)	20 g
	Gzik ze szczypiorkiem (7)	20 g	Pasta z jajka z majonezem koperkiem (3,10)	20 g	Ser żółty (7)	20 g	Rzodkiewka	15 g	Serek wiejski z pomidorami (7)	20 g
	Ogórek kiszony (10)	20 g	Papryka	20 g	Ogórek	20 g		Ogórek	20 g	
			Sałata	5 g				Sałata	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 brukselkowa zabelana z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Domowy rosół z makaronem z maki durum na wywarze drobiowo-warzywnym z natką pietruszki (1a,3,9)	250 ml	Zupa żurek z zakwasu żytniego z jajkiem, z ziemniakami zabelany posypyany majerankiem na wywarze warzywnym (1b,3,7,9)	250 ml	Zupa jarzynowa z kalaflorem zabelana z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa krem z pieczonej papryki i dyni z ciecierzycą i natką pietruszki podane z grzankami pszennymi na wywarze warzywnym (1a,9)	250 ml
	Leczo z kiełbaską wieprzową 100% papryką cukinią cebulką marchewką w sosie pomidorowym zagęszczony mąką pszenną (1a,6,9,10)	120 g	Paluszki rybne z Mintaja panierowane w bułce tartej pełnoziarnistej (1a,3,4)	3 szt.	Pierogi ruskie ziemniaczano-serowe ciasto z maki pszennej i pełnoziarnistej (1a,3,7)	6 szt.	Schab pieczony w ziołach z sosem pieczeniowym (1a)	70 g/50 ml	Pulpeciki z białej fasoli i kaszy jaglanej w sosie koperkowym (1a)	70 g/50 ml
	Ryż paraboliczny	100 g	Ziemniaki puree (7)	130 g			Kasza gryczana	100 g	Ziemniaki	130 g
	Mix sałat z ogórkiem i sosem winegret (10)	40 g	Surówka z kapusty kiszzonej z porem z natką pietruszki i z oliwą (10)	80 g	Surówka z marchewki i selera (9)	40 g	Colesław z kapusty czerwonej (3,7,10)	80 g	Buraczki z oliwą	40 g
	Kompot owocowy truskawka porzeczka	200 ml	Kompot owocowy truskawka śliwka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml	Kompot owocowy truskawka porzeczka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml
PODWIECZOREK	Shake banan, brzoskwinia na jogurcie naturalnym (7)	130 ml	Jogurt owoce leśne (7)	130 g	Muffinka z porzeczka - wyrób domowy z Torcikowej Chatki (1a,3,7)	1 szt.	Kisiel truskawkowy	150 g	Rogal pszenny z czekoladą (1a,3,7)	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.jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne,8. orzechy, młgdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Borczyca i produkty pochodne, 11. Nasłona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Młęczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.									OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA: Barbara Raus Dietetyk Kliniczny	

ŚNIADANIE	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
	Herbata owocowa	200 ml	Musli (płatki kukurydziane, owsiane) z rodzynkami na mleku (1d,7)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml	Kasza manna na mleku (1a,7)	200 ml	Kawa zbożowa (jęczmień, żyto) na mleku (1b,c,7)	200 ml
	Chleb jasny i razowy (1a)	50 g	Chleb pszenno - żytni (1a,b)	50 g	Chleb pszenno - żytni (1a,b)	50 g	Chleb jasny i graham (1a)	50 g	Bułka grahamka (1a)	1 szt.
	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g
	Szynka drobiowa (1a,6,9,10)	20 g	Szynka wieprzowa (1a,6,9,10)	20 g	Ser żółty Salami (7)	20 g	Indyk pieczony (1a,6,9,10)	20 g	Ser żółty (7)	20 g
	Hummus (11)	20 g	Pomidor	20 g	Parówka drobiowa 100% (6,9,10)	1 szt.	Rzodkiewka	15 g	Czekodźem (powidła śliwkowe z kakao)	20 g
	Ogórek kiszony (10)	20 g	Sałata	5 g	Ketchup (1a,10)	20 g			Ogórek	20 g
					Papryka	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	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 pieczarkowa zabelana z ziemniakami na wywarze warzywnym z natką pietruszki (7,9)	250 ml	Rosół z ryżem parabolicznym na wywarze drobiowo-warzywnym z natką pietruszki (9)	250 ml	Zupa krem z pieczonego buraka z natką pietruszki na wywarze warzywnym posypana grzankami pszennymi (1a,9)	250 ml	Zupa fasolowa z ziemniakami i z natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem z młki durum zabelana natką pietruszki na wywarze warzywnym (1a,3,7,9)	250 ml
	Makaron z młki durum z mięsem mielonym wieprzowym z sosem bolognese z włoszczyzną posypyany serem mozzarella (1a,3,7,9)	220 g	Pampuchy z truskawką z młki pszennej z dodatkiem młki pełnoziarnistej (1a,3,7)	2 szt.	Nugetsy z kurczaka panierowane w bułce tartej pełnoziarnistej (1a,3)	2 szt.	Kaszotto z kaszy bulgur z zielonym groszkiem, kalafiozem, brokułem papryką w sosie własnym z młką pszenną (1a)	220 g	Mintaj panierowany w słoneczniku i bułce tartej pełnoziarnistej (1a,3,4)	70 g
			Polewa banan - mango na bazie jogurtu (7)	50 ml	Ziemniaki puree (7)	130 g			Ziemniaki	130 g
	Mix sałat z rzodkiewką z sosem winegret (10)	40 g	Marchewka tarta z sokiem cytryny	40 g	Sałotka z ogórka kiszzonego z cebulką i oliwą (10)	80 g	Surówka z kapusty białej z ogórkiem koperkiem i oliwą	40 g	Surówka z kiszzonej kapusty z żurawiną i z oliwą (10)	80 g
	Kompot owocowy truskawka porzeczka	200 ml	Kompot owocowy truskawka śliwka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml	Kompot owocowy truskawka porzeczka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml
PODWIECZOREK	Brioszka pszenna z budyniem (1a,3,7)	1 szt.	Weka pszenna z twarogiem (1a,7)	2 szt./ 20 g	Koktajl malinowy na jogurcie z nasionami chia (7)	130 ml	Deser twarogowy z brzoskwinia na herbatniku pszennym (1a,3,7)	130 g	Mix owoców jabłko ananas brzoskwinia na jogurcie (7)	130 g
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, młgdoły, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasłona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek slarki i slarczany, 13. tulin i produkty pochodne, 14. Młeczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwa obecność powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.									OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA: Barbara Raus Dietetyk Kliniczny	



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200 ml	Kakao na mleku (7)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml	Drobny makaron z młki durum na mleku (1a,3,7)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml
	Chleb jasny i razowy (1a)	50 g	Chleb pszenny i wieloziarnisty (1a,c,d,11)	50 g	Chleb wieloziarnisty (1a,c,d,11)	50 g	Chleb pszenno - żytni (1a,b)	50 g	Butka żytnia (1b)	1 szt.
	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g
	Szynka drobiowa (1a,6,9,10)	20 g	Serek śmietankowy (7)	20 g	Szynka wieprzowa (1a,6,9,10)	20 g	Indyk pieczony (1a,6,9,10)	20 g	Ser żółty (7)	20 g
	Twarożek z rzodkiewką (7)	20 g	Pasta z jajka z serem żółtym ze szczypiorkiem (3,7,10)	20 g	Paprykarz warzywny (9)	20 g	Pomidor	20 g	Hummus (11)	20 g
	Pomidor	20 g	Papryka	20 g	Ogórek	20 g	Sałata	5 g	Papryka	20 g
OWOC + SOK	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	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 kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami i natką pietruszki na wywarze warzywnym (9,10)	250 ml	Zupa ogórkowa zabelana z ryżem parabolicznym i natką pietruszki na wywarze warzywnym (7,9,10)	250 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami zabelany z koperkiem na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami i natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1c,9)	250 ml
	Makaron z młki durum z mięsem mielonym wieprzowym w sosie z pieczonej papryki z włoszczyzną soczewicą i serem żółtym (1a,3,7,9)	220 g	Udko z kurczaka pieczone w ziołach	1 szt.	Naleśniki z serem z młki pszennej z dodatkiem młki pełnoziarnistej (1a,3,7)	2 szt.	Gołąbki wegetariańskie z soczewicą, ryżem i kapustą bez zawijania z sosem pomidorowym (1a)	100 g/50 ml	Ryba Mintaj panierowana klasycznie w bułce tartej pełnoziarnistej (1a,3,4)	70 g
			Ziemniaki	130 g	Polewa malinowa na jogurcie (7)	50 ml	Ziemniaki	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g
	Mix sałat z papryką z sosem winegret (10)	40 g	Surówka z kapusty czerwonej z cebulką i koperkiem z oliwą	80 g	Surówka z marchewki tartej z brzoskwinia i z sokiem z cytryny	40 g	Bukiet warzyw z oliwą	40 g	Surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem natką pietruszki i oliwą (10)	80 g
	Kompot owocowy truskawka porzeczka	200 ml	Kompot owocowy truskawka śliwka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml	Kompot owocowy truskawka porzeczka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml
PODWIECZOREK	Shake szarlotkowy (jabłko, cynamon) na jogurcie (7)	130 ml	Chafka pszenna z miodem (1a,3,7)	50 g/10 g	Paluch kukurydziany + sos tzatziki na śmietanie (7)	2 szt./20 g	Pieczycwo chrupkie (1a) + pasta twarogowa piegusek (7)	2 szt /20 g	Jogurt truskawkowy (7)	130 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. 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, mlgdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasłona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łublin 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: Barbara Raus Dietetyk kliniczny	



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200 ml	Czekoladowa kasza jaglana na mleku (7)	200 ml	Kawa zbożowa (jęczmień, żyto) na mleku (1c,d,7)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml	Zacierka z mąki pszennej na mleku (1a,3,7)	200 ml
	Chleb jasny i razowy (1a)	50 g	Chleb pszenno - żytni (1a,b)	50 g	Chleb pszenno - żytni (1a,b)	50 g	Chleb jasny i graham (1a)	50 g	Bułka grahamka (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 (7)	20 g	Ser żółty (7)	20 g	Pasta z jajka z majonezem i szczypiorkiem (3,10)	20 g	Szynka wieprzowa (1a,6,9,10)	20 g	Ser żółty (7)	20 g
	Szynka wieprzowa (1a,6,9,10)	20 g	Papryka	20 g	Szynka drobiowa (1a,6,9,10)	20 g	Twarożek ze szczypiorkiem (7)	20 g	Sałata	5 g
	Ogórek kiszony (10)	20 g	Sałata	5 g	Pomidor	20 g	Ogórek	20 g	Rzodkiewka	15 g
OWOC + SOK	Owoc sezonowy	1 szt./100g	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	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 kalafiorowa z brokułem i ziemniakami zabelana z koperkiem na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa pomidorowa zabelana z ryżem parabolicznym natką pietruszki na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa krem z pieczonej marchewki, soczewicy i dyni z sokiem pomarańczowym i grzankami pszennymi na wywarze warzywnym (1a,9)	250 ml	Zupa delikatna grochówka z ziemniakami i z koperkiem na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa grysikowa na wywarze drobiowo- warzywnym z natką pietruszki (1a,9)	250 ml
	Pulpeciki drobiowe w sosie koperkowym (1a,3,6,7)	4 szt/50 ml	Kotlet mielony wieprzowy panierowany w bułce tartej pełnoziarnistej (1a,3)	70 g	Klopsiki z ciecierzycy z włoszczyzną w sosie pieczeniowym zagęszczonym mąką pszenną (1a,9)	70 g/50 ml	Pancake z mąki pszennej z dodatkiem mąki pełnoziarnistej pieczone w piecu (1a,3,7)	2 szt.	Ryba Mintaj panierowany z bułką tartą pełnoziarnistą i sezamem (1a,3,4,11)	70 g
	Kasza gryczana	100 g	Ziemniaki	130 g	Kasza pęczak (1c)	100 g	Polewa truskawkowa na jogurcie (7)	50 ml	Ziemniaki	130 g
	Coleślaw z sosem majonezowym (3,10)	80 g	Buraczki lekko chrzanowe oliwą	80 g	Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i natką pietruszki z oliwą	40 g	Surówka z marchewki i ananasa	40 g	Kapusta kiszona z jabłkiem i oliwą (10)	80 g
	Kompot owocowy truskawka porzeczka	200 ml	Kompot owocowy truskawka śliwka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml	Kompot owocowy truskawka porzeczka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml
PODWIECZOREK	Zielony koktajl bananowy ze szpinakiem i jabłkiem na jogurcie (7)	130 ml	Brioszka pszenna z owocem (1a,3,7)	1 szt.	Jogurt z brzoskwinia i borówkami (7)	130 g	Kukurydza gotowana	100 g	Bułeczka maślana (1a,3,7) + dżem malinowy 100%	1 szt/20 g
ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.: dania zaproponowane w Jadłospisie zastofy 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 slarki i siarczany, 13. łublin 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: Barbara Raus Dietetyk Kliniczny	