



	PONIEDZIALEK		WTOREK ZIELONY DZIEŃ		ŚRODA		WIELKI CZWARTEK		WIELKI PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata truskawkowa	200 ml	Makaron bg na mleku (3,7) + herbata dzika róża	200 ml/200 ml	Płatki kukurydziane na mleku (7) + herbata malinowa	200 ml/200 ml	Kakao na mleku (7)	200 ml	Herbata owoce leśne	200 ml
	Chleb bezglutenowy	50 g	Chleb bezglutenowy	50 g	Chleb bezglutenowy	50 g	Chleb bezglutenowy	50 g	Bułka bezglutenowa	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) - wyrób własny	20 g	Ser żółty (7)	20 g	Szynka bg (6,9,10)	20 g	Jajko w sosie tatarskim - wyrób własny (3,7,10)	1,5 szt./30 g	Ser żółty (7)	20 g
	Szynka bg (6,9,10)	20 g	Papryka	20 g	Pomidor	20 g	Szynka bg (6,9,10)	20 g	Paprykarz wegański (9)	20 g
	Rzodkiewka	20 g	Rukola	3 g	Salata	5 g	Paszтет sojowy (6,9,10)	20 g	Ogórek	20 g
	Ogórek	20 g					Rzeżucha	3 g	Salata	5 g
						Rzodkiewka	20 g			
II ŚNIADANIE	Gruszka	1 szt./100 g	Mandarynka	1 szt./100 g	Jabłko	1 szt./100 g	Gruszka	1 szt./100 g	Banan	1 szt./100 g
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 bg (7,9)	250 ml	Zupa krem jarzynowy zabieleny na wywarze warzywnym ze słonecznikiem (7,9)	250 ml	Zupa żurek na zakwasie jaglanym z ziemniakami i kielbaską bg na wywarze warzywnym z majerankiem (6,9,10)	250 ml	Zupa koperkowa z ryżem parabolicznym, zabieleny na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml
	Makaron bg z sosem neapolitańskim z mięsem mielonym wieprzowym włoszczyzną posypany serem mozzarellą (3,7,9)	220 g	Ryż paraboliczny z jabłkami prażonymi	220 g	Pierogi ruskie twarogowo-ziemniaczane wyrób domowy bg (3,7) okraszone cebulką	6 szt	Schab w sosie pieczeniowym z dodatkiem musztardy bg (10)	1 szt./50 ml	Ryba mintaj panierowany w mące kukurydzianej z sezamem (4,11)	70 g
			Polewa waniliowo-cynamonowa na jogurcie (7)	50 g			Kasza gryczana	100 g	Ziemniaki	100 g
	Mix sałat z kukurydzą i sosem winegret (10)	40 g	Surówka z marchewki z sokiem z cytryny	40 g	Surówka z kapusty czerwonej z majonezem (3,10)	40 g	Tradycyjna ćwikła z chrzanem z olejem	40 g	Salatka z ogórków kiszonych z olejem rzepakowym tłoczonym na zimno (10)	40 g
	Fasolka szparagowa	40 g	Ogórek słupek	40 g	Bukiet warzyw	40 g	Marchewka mini	40 g	Brokuły	40 g
	Mięta	200 ml	Kompot jabłko - śliwka	200 ml	Kompot wiśnia - agrest	200 ml	Kompot truskawka - porzeczka	200 ml	Kompot jabłko agrest	200 ml
PODWIECZOREK	Koktajl malina brzoskwinia z jogurtem i z miodem (7) - wyrób własny	150 g	Koktajl Szrekowy - marchew, banan, szpinak na jogurcie (7)	150 ml	Jogurt owocowy (7)	1 szt.	Ciasto świąteczne bg (3,7)	1 por.	Mus owocowy	1 szt.

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, 5.orzeszki ziemne, 6.soje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne,8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Borczyca 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 Wango-Czajewska
Dietetyk kliniczny

	PONIEDZIAŁEK WIELKANOCNY		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE			Herbata dzika róża-malina	200 ml	Kawa z cykorii na mleku (7)	200 ml	Płatki owsiane bg na mleku (7) + herbata truskawkowa	200 ml/200 ml	Herbata dzika róża	200 ml
			Chleb bezglutenowy	50 g	Chleb bezglutenowy	50 g	Chleb bezglutenowy	50 g	Bułka bezglutenowa	1 szt.
			Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g
			Ser żółty (7)	20 g	Paszтет sojowy (6,9,10)	20 g	Szynka bg (6,9,10)	20 g	Pasta z jajka z majonezem (3,10) - wyrób własny	20 g
			Szynka bg (6,9,10)	20 g	Serek wiejski ze szczypiorkiem (7) - wyrób własny	20 g	Rzodkiewka	20 g	Ser żółty (7)	20 g
			Ogórek kiszony (10)	20 g	Papryka	20 g	Ogórek	20 g	Pomidor	20 g
			Rzodkiewka	20 g	Salata	5 g			Salata	5 g
II ŚNIADANIE			Mandarynka	1 szt./100 g	Jabłko	1 szt./100 g	Gruszka	1 szt./100 g	Banan	1 szt./100 g
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 bg i serem mozzarella posypana natką pietruszki na wywarze warzywnym (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 bg z dodatkiem natki pietruszki (6,9,10)	120 g	Gulasz drobiowy z pieczarkami zielonym groszkiem w sosie śmietanowym bg (7)	120 g	Paleczka z kurczaka z ziołami	2 szt.	Ryba Mintaj panierowany w mące kukurydzianej z sezamem (4,11)	70 g
			Kasza jaglana	100 g	Ryż paraboliczny	100 g	Ziemniaki	100 g	Ziemniaki puree (7)	100 g
			Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem (7)	40 g	Buraczki tarte z olejem	40 g	Coleslaw z marchewką w sosie majonezowym (3,10)	40 g	Surówka z kapusty kiszzonej z papryką i z olejem (10)	40 g
			Marchewka súpki	40 g	Mix sałat z rukolą i oliwą	40 g	Bukiet warzyw z masłem (7)	40 g	Kalafior	40 g
			Kompot jabłko - śliwka	200 ml	Kompot wiśnia - agrest	200 ml	Kompot truskawka - porzeczką	200 ml	Kompot jabłko agrest	200 ml
PODWIECZOREK			Jogurt naturalny (7) + kulki kakaowe bg (7)	140 g/10 g	Bułka bg z miodem	50g/10g	Budyń czekoladowy na mleku z konfiturą malinową (7) - wyrób własny	150 g	Brzoskwińowa chmurka na biszkipcie bg (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. 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. 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 Wanga-Czajewska
 Dietetyk kliniczny



	PONIEDZIALEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata truskawkowa	200 ml	Płatki kukurydziane na mleku (7) + herbata dzika róża	200 ml/200 ml	Kakao na mleku (7)	200 ml	Kasza jaglana na mleku (7) + herbata malinowa	200 ml/200 ml	Herbata owoce leśne	200 ml
	Chleb bezglutenowy	50 g	Chleb bezglutenowy	50 g	Chleb bezglutenowy	50 g	Chleb bezglutenowy	50 g	Bułka bezglutenowa	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) - wyrób własny	20 g	Ser żółty (7)	20 g	Parówka drobiowa z wysoką zawartością mięsa bg (6,9,10)	1 szt	Szynka bg (6,9,10)	20 g	Pasta z jajka z tuńczykiem z majonezem (3,4,10) - wyrób własny	20 g
	Szynka bg (6,9,10)	20 g	Rzodkiewka	20 g	Serek kanapkowy z ogórkiem (7) - wyrób własny	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
	Papryka	20 g			Sos pomidorowy	20 g			Salata	5 g
				Ogórek kiszony (10)	20 g					
II ŚNIADANIE	Gruszka	1 szt./100 g	Mandarynka	1 szt./100 g	Jabłko	1 szt./100 g	Gruszka	1 szt./100 g	Banan	1 szt./100 g
OBIAD	Zupa szczawiowa z jajkiem zabeliana z ziemniakami na wywarze warzywnym z koperkiem (3,7,9)	250 ml	Zupa krupnik kukurydziany na wywarze warzywnym z natką pietruszki (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 bg z natką pietruszki na wywarze drobiowo-warzywnym (9)	250 ml	Zupa grochowa z kiełbaską pieczoną bg i ziemniakami na wywarze warzywnym z koperkiem (6,9,10)	250 ml
	Pulpeciki wieprzowe w sosie śmietanowo - ziołowym bg (3,7)	4 szt/50 ml	Mintaj panierowany w mące kukurydzianej (4)	1 szt	Makaron bg z kawałkami indyka z sosem bazyliowym i brokułem bg (7)	220 g	Kotlet mielony drobiowo-wieprzowy bg (3)	70 g	Pierogi ruskie twarogowo-ziemniaczane wyrób domowy bg (3,7) okraszone cebulką	6 szt
	Ryż paraboliczny	100 g	Ziemniaki puree (7)	100 g			Ziemniaki	100 g		
	Surówka z kapusty białej z koperkiem i olejem	40 g	Colesław z kolorowej kapusty z majonezem (3,10)	40 g	Mix sałat z kukurydzą z zielonym groszkiem prażonym słonecznikiem i olejem	40 g	Surówka marchew seler na śmietanie (7,9)	40 g	Salatka z buraczków z olejem rzepakowym tłoczonym na zimno	40 g
	Marchewka z groszkiem	40 g	Fasolka szparagowa z masłem (7)	40 g	Marchewka mini	40 g	Bukiet warzyw	40 g	Surówka z kapusty pekińskiej z rzodkiewką i jogurtem (7)	40 g
	Mięta	200 ml	Kompot jabłko - śliwka	200 ml	Kompot wiśnia - agrest	200 ml	Kompot truskawka - porzeczka	200 ml	Kompot jabłko agrest	200 ml
PODWIECZOREK	Koktajl borówkowy z chia z jogurtem (7) - wyrób własny	150 ml	Kisiel owoce leśne z chrupkami kukurydzianymi - wyrób własny	150 g/5 g	Mufinka z Torcikowej Chatki z czerwoną porzeczką - wyrób domowy bg (3,7)	1 szt	Deserek domowe ptasie mleczko (7) - wyrób własny	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 swym 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. Gorczyca I produkty pochodne, 11. Nasłona sezamu I produkty pochodne, 12. Dwutlenek slarki I slarczony, 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 Wanga-Czajewska
 Dietetyk kliniczny