



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata malinowa	200 ml	Płatki kukurydziane na mleku (7)+ herbata dzika róża	200 ml/ 200ml	Kawa z cykorii na mleku (7)	200 ml	Płatki ryżowe na mleku (7) + herbata truskawkowa	200 ml/ 200ml	Herbata dzika róża-malina	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
	Paszтет sojowy (6,9,10)	20 g	Szynka bg (6,9,10)	20 g	Szynka bg (6,9,10)	20 g	Szynka bg (6,9,10)	20 g	Ser żółty (7)	20 g
	Serek wiejski (7)	20 g	Pomidor	20 g	Gzik z koperkiem (7) - wyrób własny	20 g	Pomidor	20 g	Pasta z soczewicy ze słonecznikiem prażonym - wyrób własny	20 g
	Rzodkiewka	20 g	Salata	5 g	Papryka	20 g	Ogórek kiszony (10)	20 g	Rzodkiewka	20 g
	Ogórek kiszony (10)	20 g			Rzodkiewka	20 g			Ogórek	20 g
II ŚNIADANIE	Gruszka	1 szt./ 100 g	Banan	1 szt./ 100 g	Mandarynka	1 szt./ 100 g	Gruszka	1 szt./ 100 g	Jabłko	1 szt./ 100 g
OBIAD	Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem z ziemniakami z natką na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem zabelana na wywarze warzywnym z koperkiem (3,7,9)	250 ml	Zupa krupnik kukurydziany na wywarze drobiowo-warzywnym z natką pietruszki (9)	250 ml	Zupa krem z buraka na wywarze warzywnym z dodatkiem kaszy jaglanej posypyany słonecznikiem prażonym (9)	250 ml	Zupa grochowa z kielbaską pieczoną bg na wywarze warzywnym z majerankiem (6,9,10)	250 ml
	Makaron bg z sosem bolońskim z mięsa wieprzowego z włoszczyzną i serem mozzarella (7,9)	220 g	Klopsiki drobiowo-wieprzowe bg w sosie pieczeniowym bg (3)	70 g/ 50 ml	Schab soute z pieca	70 g	Mintaj panierowany w mące kukurydzianej (4)	70 g	Kluseczki ziemniaczane z dodatkiem mąk bezglutenowych (3,7)	180 g
			KAsha gryczana	100 g	Ziemniaki	100 g	Ziemniaki puree (7)	100 g	Polewa jogurtowa (7)	50 ml
	Mix sałat z ogórkiem i sosem winegret (10)	40 g	Salatka z buraczków z oliwą	40 g	Surówka z kapusty kiszonej z olejem (10)	40 g	Colesław z kapusty białej (3,10)	40 g	Surówka z marchewki i brzoskwini ze śmietaną (7)	40 g
	Bukiet warzyw	40 g	Surówka z selera i jabłka z majonezem (3,9,10)	40 g	Marchewka z groszkiem	40 g	Brokuły z masłem (7)	40 g	Kalarepa słupki	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	Jogurt naturalny (7) z płatkami czekoladowymi o obniżonej zawartości cukru bg (7)	140 g /10 g	Deserek kinder country z ryżem preparowanym (7)- wyrób własny	150 g	Mufinka z agrestem bg - wypiek domowy (3,7)	1 szt.	Budyń waniliowy na mleku (7)- wyrób własny	150 g	Chrupki kukurydziane	20 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 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.sajo 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 słarczany, 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 PRZES DIETETYKA:
Natalia Wanga - Czajewska
 Dietetyk kliniczny



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata owoce leśne	200 ml	Domowe musli bg na mleku (7) + herbata dzika róża	200 ml/ 200ml	Kakao na mleku (7)	200 ml	Makaron bg na mleku (3,7)+ herbata truskawkowa	200 ml/ 200ml	Herbata dzika róża-malina	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
	Szynka bg (6,9,10)	20 g	Pasta z jaja z majonezem (3,10) - wyrób własny	20 g	Parówka drobiowa bg (6,9,10)	1 szt	Serek wiejski naturalny (7)	20 g	Pasta z jaja i tuńczyka z majonezem (3,4,10) - wyrób własny	20 g
	Ser żółty (7)	20 g	Salata	5 g	Paprykarz wegański (9) - wyrób własny	20 g	Rukola	3 g	Ser żółty (7)	20 g
	Rzodkiewka	20 g	Papryka	20 g	Ogórek kiszony (10)	20 g	Ogórek	20 g	Pomidor	20 g
	Pomidor	20 g			Sos pomidorowy	20 g		Salata	5 g	
					Rzodkiewka	20 g				
II ŚNIADANIE	Gruszka	1 szt./ 100 g	Banan	1 szt./ 100 g	Jabłko	1 szt./ 100 g	Gruszka	1 szt./ 100 g	Mandarynka	1 szt./ 100 g
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem parabolicznym zabelana na wywarze warzywnym z natką pietruszki (7,9)	250 ml	Zupa fasolowa z pieczoną kielbaską bg ziemniakami na wywarze warzywnym z natką pietruszki (6,9,10)	250 ml	Zupa krupnik z kaszy jaglanej z ziemniakami z natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	250 ml	Zupa ogórkowa, zabelana z ziemniakami na wywarze warzywnym z koperkiem (7,9,10)	250 ml	Zupa rosół z makaronem bg na wywarze miesno- warzywnym z natką pietruszki (9)	250 ml
	Kurczak w kawałku z kalafior w sosie śmietanowo-serowym (7)	120 g	Kluski śląskie bg z mięsem wieprzowym okraszone cebulką (3,6,9,10)	4 szt.	Filet z miniaturowymi panierowanymi w mące kukurydzianej (4)	1 szt/ 70 g	Gulasz wieprzowy w sosie własnym z warzywami bg (9)	120 g	Pierogi z serkiem waniliowym na słodko bg (3,7)	6 szt
	Kasza kukurydziana	100 g			Ziemniaki	100 g	Ryż paraboliczny	100 g	Polewa truskawkowo-jogurtowa (7)	50 ml
	Surówka z kapusty czerwonej z sosem jogurtowo-majonezowym (3,7,10)	40 g	Surówka z kiszzonego ogórka z sosem musztardowym (10)	40 g	Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i z oliwą	40 g	Fasolka szparagowa z masłem (7)	40 g	Jabłko prażone	40 g
	Brokuły	40 g	Marchewka mini	40 g	Kalafior	40 g	Surówka z kapusty kiszzonej z natką pietruszki (10)	40 g	Marchew słupek	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	Jogurt grecki z truskawkami (7) - wyrób własny	150 g	Serek brzoskwiński na biszkopecie bg (3,7) - wyrób własny	150 g	Galaretki cytrynowe z jogurtem i nasionami chia (7) - wyrób własny	150 g	Kisiel wiśniowy - wyrób własny + herbatniki bg (3,7)	150 g /2 szt	Koktajl witaminowy marchew, jabłko, seler, banan (7,9)	150 ml

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSILKACH ZODNIE 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 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.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