



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK				
OBIAD	Zupa jarzynowa zabelana z fasolką szparagową kalafiozem marchewką ziemiankami z koperkiem <b>(1,3,7,9)</b>	250 ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z natką pietruszki <b>(1,9)</b>	250 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem i ziemniakami zabelana i posypana koperkiem <b>(3,7,9)</b>	250 ml			
	Makaron świderki z mąki durum z sosem neapolitańskim z soją w kawałkach <b>(1,3,6,9)</b>	320 g	Jajko sadzone <b>(3)</b>	90 g	Pampuchy drożdżowe <b>(1,3,7)</b>	2 szt.	Falafele z ciecierzycy <b>(1,3)</b>	90 g	
			Ziemniaki puree z koperkiem <b>(7)</b>	130 g	Polewa czekoladowa na jogurcie <b>(7)</b>	50 g	Ziemniaki z koperkiem	130 g	
	Surówka mix sałat z ogórkiem i kukurydzą z oliwą	60 g	Coleślaw <b>(3,10)</b>	100 g	Surówka z marchewki i ananasa z sokiem z cytryny posypana orzechami <b>(5,8)</b>	60 g	Surówka z kapusty kiszzonej z cebulką i oliwą <b>(10)</b>	100 g	
	Kompot z owoców sezonowych	200 ml	Kompot z owoców sezonowych	200 ml	Kompot z owoców sezonowych	200 ml	Kompot z owoców sezonowych	200 ml	
	Owoc sezonowy	1 szt./100 g	Owoc sezonowy	1 szt./100g	Owoc sezonowy	1 szt./100g	Owoc sezonowy	1 szt./100g	

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSILKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.: dania zaproponowane w Jadłospisłe 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. Barczyca i produkty pochodne, 11. Nasłona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek slarki i slarczany, 13. łubn i produkty pochodne, 14. Młczak i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA:  
Dominika Miklas  
Dietetyk kliniczny

	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa pomidorowa z makronem nitki natką pietruszki (9)	250 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i natką pietruszki (9)	250 ml	Zupa koperkowa zabeliana z ryżem parabolicznym (7,9)	250 ml	Zupa lekka grochówka wegetariańska z ziemniakami i natką pietruszki (9,10)	250 ml	Zupa grysikowa na wywarze warzywnym z natką pietruszki (1)	250 ml
	Tofu w sosie śmietanowym ziołowym z brokułem (1,7)	140 g	Pulpet z fasoli i włoszczyzny z sosem wegetariańskim (1,3)	90 g/ 50 ml	Stek z kalafiora i ciecierzycy podany ze złocistą cebulką (1,3)	90 g	Makaron z mąki durum serem białym i cynamonem (1,3,7)	260 g	Kotlet sojowy panierowany klasycznie (1,3,6)	90 g
	Ryż pełnoziarnisty	130 g	Kasza pęczak (1)	130 g	Ziemniaki puree z koperkiem (7)	130 g	Polewa truskawkowa na jogurcie (7)	50 ml	Ziemniaki z koperkiem	130 g
	Surówka z kapusty czerwonej z oliwą	60 g	Marchewka z groszkiem oprószana (1,7)	100 g	Surówka z ogórka kiszzonego z porem i oliwą (10)	100 g	Surówka z marchewki i brzoskwini z orzechami i sokiem z cytryny (5,8)	60 g	Surówka z kapusty kiszzonej z jabłkiem i oliwą (10)	100 g
	Kompot z owoców sezonowych	200 ml	Kompot z owoców sezonowych	200 ml	Kompot z owoców sezonowych	200 ml	Kompot z owoców sezonowych	200 ml	Kompot z owoców sezonowych	200 ml
	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100g

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSILKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.: dania zaproponowane w Jadłospisłe 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. Borczyca i produkty pochodne, 11. Nasłona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek slarki i slarczany, 13. łubln 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:  
**Dominika Milkas**  
 Dietetyk kliniczny