



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200ml	Waniliowa zupa mleczna z drobnym makaronem (1,3,7)	200ml	Herbata owocowa	200ml	Kawa inka na mleku (1,7)	200ml	Owsianka orzechowa z miodem (1,7,8)	200ml
	Pieczywo jasne i razowe (1,11)	50g	Pieczywo pszenno żytnie (1,11)	50g	Pieczywo jasne i orkiszowe (1,11)	50g	Pieczywo jasne i i graham (1,11)	50g	Pieczywo jasne i razowe z dynią (1,11)	50g
	Masło (7)	10g	Masło (7)	10g	Masło (7)	10g	Masło (7)	10g	Masło (7)	10g
	Pasztet pieczony (1,6,10)	40g	Połudwica sopocka (1,6,9,10)	40g	Pasta rybna z koperkiem (3,4)	30g	Szynka wieprzowa gotowana (1,6,9,10)	30g	Twarożek z szczypiorkiem (1,7)	30g
	Serek ziołowy (7)	15g	Salata	10g	Serek żółty (7)	20g	Pasta jajeczna z rzodkiewką (3)	30g	Serek żółty (7)	20g
	Pomidor	30g	Ogórek zielony	30g	Pomidor	30g	Papryka	20g	Salata	10g
					Salata	10g	Ogórek kiszony (10)	20g	Pomidor	20g
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy	100g/1szt	Owoc sezonowy	100g/1szt	Owoc sezonowy	100g/1szt	Owoc sezonowy	100g/1szt	Owoc sezonowy	100g/1szt
OBIADY	Zupa kalafiorowa z koperkiem, zabieleną zabieleną (1,7,9)	250ml	Rosół z makaronem z maki durum z lubczykiem (1,3,9)	250ml	Zupa jarzynowa z papryką i czerwoną fasolą z natką pietruszki	250ml	Krem ziemniaczano-porowo serowy pasypany ziarnami dyni i natką pietruszki (1,7,9)	250ml	Zupa brokułowo groszkowa z natką pietruszki (1,9)	250ml
	Leczo (1)	130g	Kotletci drobiowy panierowany (1,3)	80g	Mięsne kuleczki w sosie słodko kwaśnym (1,3) NOWOŚĆ	80g/50g	Makaron z maki durum w sosie bolongnese z mięsem mielonym (łopatka) z ziołami (1,3,7)	280g	Czekoladowe naleśniki z twarogiem o smaku pomarańczy (1,3,7)	1szt
	Ryż paraboliczny (1)	130g	Pure ziemniaczane z koperkiem (7)	130g	Kasza Bulgru (1)	130g			Sos cytrynowy (7)	80g
			Buraczki z cebulką	80g	Surówka z marchewki, pora z groszkiem	80g			Banan	1/2 szt
PODWIECZOREK	Jogurt naturalny z orzechami (7,8)	1szt/10g	Deser waniliowy z ananasm i wiórkami kokosowymi (1,7,8)	150g	Budyń owocowy z musem brzoskwiowym (1,7)	150g	"W Tłusty czwartek razem z Wami zajadam się się paczkami" Paczek (1,3,7)	1szt	Kisiel owocowy do picia + chrupki kukurydziane (1)	150g/8g

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. 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.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA

Sylvia Spychała
Technolog żywności
Specjalista do spraw żywienia
Dietetyk

