



**KANZEON**  
WROCLAWSKI CATERING



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
<b>ŚNIADANIE</b>	Herbata owocowa	200ml	Cynamonowa owsianka z orzechami (1,7,8)	200ml	Herbata owocowa	200ml	Kakao na mleku (1,7)	200ml	Płatki ryżowe na mleku (1,7)	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
	Szynka wieprzowa (1,6,9,10)	40g	kiełbasa krakowska (1,6,9,10)	30g	Szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10)	30g	Indyk pieczony (1,6,9,10)	30g	Pasta rybna koperkiem i kukurydzą (3,4)	40g
	Powidła śliwkowe	15g	Papryk	20g	Twarożek ze szczypiorkiem (7)	30g	Jajko gotowane (3)	1szt	Serek żółty (7)	20g
	Pomidor	30g	Ogórek zielony	30g	Pomidor	30g	Salata	10g	Pomidor	30g
					Ogórek kiszony (10)	20g	Ogórek zielony	30g	Ogórek kiszony (10)	20g
						Rzeczucha	2g			
<b>II ŚNIADANIE</b>	Owoc	100g	Owoc	100g	Owoc	100g	Owoc	100g	Marchewka do chrupania	80g
<b>OBIADY</b>	Kapuśniak z kminkiem (1,9,10)	250ml	Zupa pomidorowa z ryżem i bazylią zabieleną (1,9)	250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki (1,9)	250ml	Żurek z białą kiełbaską zabieleną (1,7,9)	250ml	Zupa jarzynowa z brukselką i natką pietruszki (1,9)	250ml
	<b>Między narodowy dzień szpinaku</b> Makaron z maki durum z kurczakiem, szpinakiem w sosie serowym (1,3,7)	280g	Kotlecik mielony (łopatka) domowy (1,3)	80g	Ryż z indykiem i gotowanymi warzywami ( marchewka, brokuł, kalafior, fasolka szparagowa, groszek) w sosie serowym (1,7)	280g	Szynka w sosie pieczeniowo śliwkowym (wyrób własny) (1,12)	80g/ 50g	Cytrynowe pierogi z serem z nutą wanilii (1,3,7)	7szt
			Ziemniaki z koperkiem	130g			Mix kasz (gryczana, jęczmienna) (1)	130g	Polewa truskawkowa (7)	80g
			Surówka z włoskiej kapusty, marchewki, por z dodatkiem pestek słonecznika i natki pietruszki	80g			Ćwikła	80g		
<b>PODWIECZOREK</b>	Koktajl wieloowocowy na bazie jogurtu naturalnego (wyrób własny) (7)	150g	Bułka maślana z miodem (1,7)	1szt/ 10g	Malinowo - truskawkowy serek z miodem (wyrób własny) (7)	150g	Świąteczna babeczka piaskowa (1,3,7)	50g	<b>Międzynarodowy dzień Muffinka</b> Domowa marchewkowa muffinka z Torcikowej Chatki (1,3,7)	1szt

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

*Sylvia Spychała*