

JADŁOSPIS BEZ RYŻU, ORZECHA, MIGDAŁÓW, BANANA, JABŁKA, KIWI I SUROWYCH MARCHWI, SELERA, POMIDORÓW SZKOŁA 118


	PONIEDZIALEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa barszcz biały z ziemniakami na wywarze warzywnym z majerankiem i koperkiem (1b,9)	250 ml	Zupa krem z białych warzyw (kalafior, seler, ciecierzycy, pietruszka) z kaszą jaglaną i mlekiem kokosowym i natką na wywarze warzywnym posypyany grzankami (1a,9)	250 ml	Zupa ogórkowa zabelana śmietaną z kaszą kuskus i koperkiem na wywarze warzywnym (1a,7,9,10)	250 ml	Zupa gulaszowa z mięsa wieprzowego z ziemniakami na wywarze wieprzowo-warzywnym z koperkiem (9)	250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem zabelana śmietaną z koperkiem na wywarze warzywnym (1a,7,9)	250 ml
	Leczo z pieczoną kielbaską z cukinią, groszkiem i soczewicą w sosie pomidorowym (1a,6,9,10)	140 g	Roladka z mięsa drobiowo - wieprzowego z dodatkiem ciecierzycy (1a,3)	90 g	Nugetsy z kurczaka w panierce z bułki tartej z sezamem (1a,3,11)	3 szt./90 g	Pankace pieczone (1a,3,7)	3 szt	Ryba Mintaj panierowany klasycznie w bułce tartej (1a,3,4)	90 g
	Kasza bulgur (1a)	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Ziemniaki	130 g	Polewa borówkowa na jogurcie (7)	80 g	Ziemniaki puree (7)	130 g
	Fasolka szparagowa z bułką tartą (1a,7)	60 g	Surówka colesław z czerwonej kapusty z natką pietruszki (3,10)	50 g	Buraczki z porem i oliwą	50 g	Salatka ananas nektarynka z sosem mango	60 g	Surówka z kapusty kiszonej z papryką z oliwą (10)	50 g
			Bukiet warzyw	50 g	Mix sałat z papryką i oliwą	50 g			Kalafior	50 g
	Owoc sezonowy - nie banan, jabłko, kiwi	1 szt./100	Owoc sezonowy - nie banan, jabłko, kiwi	1 szt./100	Owoc sezonowy - nie banan, jabłko, kiwi	1 szt./100	Owoc sezonowy - nie banan, jabłko, kiwi	1 szt./100	Owoc sezonowy - nie banan, jabłko, kiwi	1 szt./100
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. 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. Informujemy, że istnieje możliwa obecność powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.									OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA: Natalia Wanga-Czajewska Dietetyk Kliniczny	

JADŁOSPIS BEZ RYŻU, ORZECHA, MIGDAŁÓW, BANANA, JABŁKA, KIWI I SUROWYCH MARCHWI, SELERA, POMIDORÓW SZKOŁA 118


	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa kapuśniak z kapusty mieszanej z ziemniakami i pomidorami na wywarze warzywnym z natką (9,10)	250 ml	Zupa jarzynowa z kalafiozem z kaszą kuskus na wywarze warzywnym z natką (1a,9)	250 ml	Zupa barszcz czerwony zabieleny ziemniakami i z natką pietruszki na wywarze warzywnym (7,9)	250 ml	Zupa krem z dyni z sokiem pomarańczowym podany z grzankami pszennymi pełnoziarnistymi na wywarze warzywnym (1a,9)	250 ml	Zupa fasolowa z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (9)	250 ml
	Makaron z mąki durum z indykiem i brokułem w sosie śmietanowo serowym z mozzarellą zagęszczony mąką pszenną (1a,3,7)	270 g	Pałka z kurczaka pieczona w ziołach	2 szt	Strogonoff z mięsa wieprzowego z pieczarkami i pomidorami (1a)	140 g	Ryba Mintaj panierowany w sezamie i w bułce tartej (1a,3,4,11)	90 g	Kluski ziemniaczane wyrób własny z dodatkiem mąki pszennej (1a,3,7)	220 g
			Ziemniaki	130 g	Kasza jęczmienna pęczak (1c)	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Polewa truskawkowo-jogurtowa (7)	80 g
	Mix sałat z kukurydza, groszkiem zielonym i z sosem winegret (10)	60 g	Kapusta pekińska z kukurydzą i z majonezem (3,10)	50 g	Bukiet warzyw z masłem (7)	60 g	Salatka z ogórków kiszonych z sosem musztardowym (10)	50 g	Brzoskwinia z ananasem i sokiem z cytryny	60 g
			Brokuły	50 g			Kalafior z bułką tartą i masłem (1a,7)	50 g		
	Owoc sezonowy - nie banan, jabłko, kiwi	1 szt./100 g	Owoc sezonowy - nie banan, jabłko, kiwi	1 szt./100 g	Owoc sezonowy - nie banan, jabłko, kiwi	1 szt./100 g	Owoc sezonowy - nie banan, jabłko, kiwi	1 szt./100 g	Owoc sezonowy - nie banan, jabłko, kiwi	1 szt./100 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. 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. Informujemy, że istnieje możliwa obecność powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.									OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA: Natalia Wanga-Czajewska Dietetyk kliniczny	