

JADŁOSPIS DIETA B/JAJ, RYŻU, POMIDORA, SELERA, BANANA, KIWI, ORZECHÓW, GROCHU, KUKURYDZY, CEBULI, SZCZYPIORKU, PORA, CZOSNKU, OWOCÓW MORZA, SEZAMU, CYTRUSÓW SZKOŁA 118


	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa barszcz biały z ziemniakami na wywarze warzywnym z majerankiem i koperkiem (1b) - BEZ SELERA	250 ml	Zupa krem z białych warzyw (kalafior, ciecierzycy, pietruszka) z kaszą jaglaną i mlekiem kokosowym i natką na wywarze warzywnym posypyany grzankami (1a) - BEZ SELERA	250 ml	Zupa ogórkowa zabeliana śmietaną z kaszą kuskus i koperkiem na wywarze warzywnym (1a,7,10) - BEZ SELERA, RYŻU	250 ml	Zupa gulaszowa z mięsa wieprzowego z ziemniakami na wywarze wieprzowo-warzywnym z koperkiem - bez selera , pomidorów	250 ml	Zupa bulion z makaronem bj i śmietaną z koperkiem na wywarze warzywnym (1a,7) - bez selera	250 ml
	Leczo z mięsem drobiowym z cukinią i soczewicą (1a) bez selera	140 g	Roladka z mięsa drobiowo - wieprzowego z dodatkiem ciecierzycy (1a) bj	90 g	Filet z kurczaka soute	1 szt./ 90 g	Pankace pieczone bj (1a,7)	3 szt	Ryba Mintaj soute (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 z czerwonej kapusty z natką pietruszki z oliwą	50 g	Buraczki Z oliwą	50 g	Salatka ananas marchew z sosem mango	60 g	Surówka z kapusty kiszzonej z jabłkiem i 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 kiwi, cytrus	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy - nie banan kiwi, cytrus	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy - nie banan kiwi, cytrus	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy - nie banan kiwi, cytrus	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy - nie banan kiwi, cytrus	1 szt./ 100 g
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. Skoruplaki 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. tubin i produkty pochodne, 14. Mleczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwość obecności powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.									OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKĄ: Natalia Wąsowska-Czajewska Dietetyk kliniczny	

JADŁOSPIS DIETA B/JAJ, RYŻU, POMIDORA, SELERA, BANANA, KIWI, ORZECHÓW, GROCHU, KUKURYDZY, CEBULI, SZCZYPIORKU, PORA, CZOSNKU, OWOCÓW MORZA, SEZAMU, CYTRUSÓW SZKOŁA 118



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa kapuśniak z kapusty mieszanej z ziemniakami na wywarze warzywnym z natką (10) - BEZ SELERA	250 ml	Zupa jarzynowa z kalafiozem z kaszą kuskus na wywarze warzywnym z natką (1a) - BEZ SELERA	250 ml	Zupa barszcz czerwony zabieleny ziemniakami i z natką pietruszki na wywarze warzywnym (7) - BEZ SELERA	250 ml	Zupa krem z dyni podany z grzankami pszennymi pełnoziarnistymi na wywarze warzywnym (1a) - BEZ SELERA	250 ml	Zupa fasolowa z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym - BEZ SELERA	250 ml
	Makaron BJ z młki durum z indykiem i brokułem w sosie śmietanowo serowym z mozzarellą zagęszczony mąką pszenną (1a,7)	270 g	Pałka z kurczaka pieczona w ziołach	2 szt	Strogonoff z mięsa wieprzowego z pieczarkami (1a)	140 g	Ryba Mintaj soute (4)	90 g	Kluski ziemniaczane -wyrób własny z dodatkiem mąk pełnoziarnistych (1a,7)	220 g
			Ziemniaki	130 g	Kasza jęczmienna pęczak (1c)	130 g	Ziemniaki puree (7)	130 g	Polewa jogurtowo-truskawkowa (7)	80 g
	Mix sałat z marchewką oliwą	60 g	Kapusta pekińska z marchewką i oliwą	50 g	Bukiet warzyw z masłem (7)	60 g	Salatka z ogórków kiszonych z sosem musztardowym (10)	50 g	Marchewka tarta z jabłkiem i oliwą	60 g
			Brokuły	50 g			Kalafior z bułką tartą i masłem (1a,7)	50 g		
	Owoc sezonowy - nie banan kiwi, cytrus	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy - nie banan kiwi, cytrus	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy - nie banan kiwi, cytrus	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy - nie banan kiwi, cytrus	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy - nie banan kiwi, cytrus	1 szt./ 100 g
ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH ZGODNIE 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 alergię 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. łubin 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	