KANZEON
WROCŁAWSKI CATERING SP. Z O.O.

LISTOPAD TYDZIEŃ I 02.11.2026- 06.11.2026

DIETA NISKIE IG SZKOŁA 118



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa z kolorowej fasolki szparagowej zabielana z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym **(7,9)**	250 ml	Zupa ogórkowa zabielana z ryżem brązowym na wywarze warzywnym z koperkiem **(7,9,10)**	250 ml	Zupa z pora zabielana z ziemniakami z natką pietruszki na wywarze warzywnym posypany pestkami dyni **(7,9)** - nieblendowana	250 ml	Domowy rosołek z makaronem z mąki żytniej na wywarze drobiowo - warzywnym z lubczykiem i natką pietruszki **(1b,3,9)**	250 ml	Zupa meksykańska z fasolą czerwoną, kukurydzą, pomidorami i ryżem brązowym na wywarze warzywnym z natką pietruszki **(9)**	250 ml
	Makaron z mąki żytniej z mięsem mielonym wieprzowym z sosem bolognese z włoszczyzną posypany serem mozzarellą **(1b,3,7,9)**	270 g	Kluseczki z mąki żytniej **(1b,3,7)** bc	220 g	Cepeliny z soczewicą z mąki żytniej okraszone cebulką **(1b)**	180 g	Bitka schabowa duszona w sosie własnym zagęszczonym mąką pszenną pełnoziarnistą **(1a)**	90 g/ 80 ml	Ryba Mintaj saute posypana słonecznikiem **(4)**	90 g
			Polewa truskawkowa na jogurcie **(7)** bc	80 g			Kasza gryczana	130 g	Kasza pęczak **(1c)**	130 g
	Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z sosem jogurtowym **(7)**	60 g	Sałatka owocowa jabłko gruszka brzoskwinia z sokiem z cytryny bc	60 g	Surówka z kapusty białej z koperkiem i oliwą	60 g	Buraczki z oliwą	50 g	Marchewka z groszkiem gotowana polana masłem **(7)**	50 g
							Mix sałat z ogórkiem, sosem wingeret i sezamem **(10,11)**	50 g	Surówka z kapusty kiszonej z oliwą **(10)**	50 g
	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	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 alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten (a-pszenica, b-żyto, c-jęczmień, d-owies), 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:
Barbara Raus
Dietetyk kliniczny

KANZEON
WROCŁAWSKI CATERING SP. Z O.O.

LISTOPAD TYDZIEŃ II 09.11.2026- 13.11.2026
DIETA NISKIE IG SZKOŁA 118



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
OBIAD	Zupa jarzynowa z kalafiorem, zielonym groszkiem z ziemniakami zabielana na wywarze warzywnym z koperkiem **(7,9)**	250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym zabielana na wywarze warzywnym z bazylią oregano i natką pietruszki **(7,9)**	250 ml			Zupa z kaszą pęczak na wywarze drobiowo-warzywnym z natką pietruszki **(1c,9)**	250 ml	Zupa z pieczonej dyni z natką na wywarze warzywnym posypana grzankami żytnimi **(1b,9)** - nieblendowana	250 ml
	Łopatka wieprzowa w kawałkach z marchewką, dynią, pomidorami z mlekiem kokosowym zagęszczony mąką pszenną **(1a)**	140 g	Udko pieczone w ziołach prowansalskich	90 g			Makaron z mąki żytniej z serem białym z brzoskwiniami **(1b,3,7)**	260 g	Paluszki rybne z Mintaja panierowane w bułce tartej pełnoziarnistej **(1a,3,4)**	4 szt.
	Ryż brązowy	130 g	Kasza gryczana	130 g			Polewa banan-mango na jogurcie **(7)** bc	80 g	Ryż brązowy	130 g
	Surówka z kapusty pekińskiej z papryką w sosie jogurtowym z nutą czosnkową **(7)**	60 g	Colesław z majonezem **(3,10)**	50 g			Marchewka tarta z sokiem z cytryny bc	60 g	Surówka z ogórka kiszonego z cebulką, papryką i oliwą **(10)**	50 g
			Brokuły	50 g					Bukiet warzyw z masłem **(7)**	50 g
	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g			Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	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 alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten (a-pszenica, b-żyto, c-jęczmień, d-owies), 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:
Barbara Raus
Dietetyk kliniczny