



	PONIEDZIALEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK SZWEDZKI STÓŁ	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200 ml	Ryż na mleku (7)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml	Płatki owsiane na mleku z suszoną morelą (1d,7)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml
	Chleb jasny i razowy (1a)	50 g	Chleb pszenno - żytni (1a,1b)	50 g	Chleb wieloziarnisty i jasny (1a,,1c,1d, 11)	50 g	Chleb jasny i graham (1a)	50 g	Kajzerka (1a)	1 szt.
	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g
	Twarożek z papryką (7)	20 g	Pasta z jają z majonezem i koperkiem (3,10)	20 g	Ser żółty (7)	20 g	Szynka wieprzowa (1a,6,9,10)	20 g	Ser żółty (7)	20 g
	Szynka drobiowa (1a,6,9,10)	20 g	Papryka	20 g	Parówka drobiowa z wysoką zawartością mięsa (6,9,10)	1 szt	Salata	5 g	Pasta z soczewicy i nasion słonecznika	20 g
	Rzodkiewka	20 g	Salata	5 g	Ogórek	20 g	Ogórek	20 g	Pomidor	20 g
					Ketchup (1a,10)	20 g		Salata	5 g	
ZUPA + DESER	Zupa krem z pomidorów i soczewicy z grzankami pszennymi na wywarze warzywnym (1a,9)	200 ml/ 5g	Zupa koperkowa z ryżem na wywarze drobiowo- warzywnym posypana koperkiem (9)	200 ml	Zupa z brokuła zabieleną posypana natką pietruszki na wywarze warzywnym z ziemniakami (7,9)	200 ml	Zupa ogórkowa z ryżem zabieleną na wywarze warzywnym posypana koperkiem (7,9,10)	200 ml	Zupa barszcz ukraiński z fasolą, ziemniakami z natką pietruszki na wywarze warzywnym (9)	200 ml
	Koktajl porzeczkowy z miodem mleku (7) + paluch kukurydziany	150 ml/ 2 szt.	Brioszka pszenna z twarogiem (1a,3,7)	1 szt	Mufinka marchewkowa z Torcikowej Chatki - wyrób domowy z mąki pszennej (1a,3,7)	1 szt	Deser na kremowym serku z dżemem morelowym niskosłodzonym na biszkopcie pszennym (1a,3,7)	150 g	Budyń waniliowy na mleku z musem porzeczkowym (7)	150 g
II DANIE + OWOC	Makaron z jabłkami prażonymi i orzechami (1a,3,5,8)	220 g / 5g	Nugetsy z kurczaka panierowane w sezamie z dodatkiem bułki tartej (1a,3,11)	70 g/ 3 szt	Mięso wieprzowe w kawałkach w sosie pomidorowym z pieczarkami, ogórkami kiszonym z mąką pszenną (1a,10)	120 g	Ryba Mintaj panierowany z bułką tartą i słonecznikiem (1a,3,4)	70 g	Gulasz warzywny: brokuł, pieczarki, soczewica i kukurydza w sosie śmietanowo - serowym z mąką pszennej (1a,7)	120 g
	polewa jogurtowa z wanilią (7)	50 g	Ziemniaki młode z koperkiem	100 g	Kopytka z mąką pszenną (1a,3)	100 g	Ziemniaki młode z koperkiem	100 g	Ryż paraboiled	100 g
	Marchewka tarta z brzoskwinią	40 g	Surówka colesław z majonezem (3,10)	40 g	Kapusta pekińska z papryką i jogurtem (7)	40 g	Marchewka z groszkiem duszona na maśle (7)	40 g	Mix sałat z kukurdzą i sosem vinegret (10)	40 g
			Bukiet warzyw z masłem (7)	40 g			Surówka z kapusty kiszzonej z koperkiem i oliwą (10)	40 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
	Kompot owocowy truskawka porzeczką	200 ml	Kompot owocowy truskawka śliwka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml	Kompot owocowy truskawka porzeczką	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH ZBODNIE 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 1a-pszenny; 1b-żytni, 1c- jęczmienny; 1d-owsiany; 1e-przenżytni, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3.Jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.saje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne,8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Garczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. tufin 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:
Czajewska Natalia Wanga-Dietetyk kliniczny



	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA SZWEDZKI STÓŁ		CZWARTEK		PIĄTEK WNMP	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200 ml	Kawa zbożowa na mleku (1b,1c,7)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml	Kakao na mleku (7)	200 ml		
	Chleb jasny i razowy (1a)	50 g	Chleb jasny i graham (1a)	50 g	Chleb jasny i wieloziarnisty (1a, 1c, 1d, 11)	50 g	Chleb pszenno - żytni (1a,1b)	50 g		
	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g		
	Tosca z rzodkiewką i szczypiorkiem (7)	20 g	Szynka z indyka (1a,6,9,10)	20 g	Serek wiejski z pomidorami (7)	20 g	Szynka wieprzowa (1a,6,9,10)	20 g		
	Dżem porzeczkowy niskosłodzony	20 g	Pasta z pieczonej marchewki z oliwą i sezamem (11)	20 g	Pasztet drobiowy pieczony (1a,6,9,10)	20 g	Pasta z jaja z pieczarkami z majonezem (3,10)	20 g		
	Ogórek kiszony (10)	20 g	Rzodkiewka	15 g	Ogórek	20 g	Papryka	20 g		
			Salata	5 g			Rukola	3 g		
ZUPA + DESER	Zupa brukselkowa z fasolką szparagową z ziemniakami i natką na wywarze warzywnym (9)	200 ml	Zupa gulaszowa z papryką pomidorami z mięsem wieprzowym fasolą czerwoną i ziemniakami z natką pietruszki (9)	200 ml	Zupa z zielonego groszku i brokułów zabeliana na wywarze warzywnym z ryżem, z lubczykiem i natką pietruszki (7,9)	200 ml	Zupa żurek zakwas żytni z ziemniakami i jajkiem z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1b,3,9)	200 ml		
	Jogurt naturalny z domowym musli z suszonymi owocami (żurawina, rodzynki, suszony banan) (1a,7,12)	130g /20g	Wafle ryżowe + masło orzechowe b/c (5,8)	2 szt/ 20g	Smoothie mango - banan na mleku (7) + herbatniki pszenne (1a,3,7)	150 ml/ 2 szt.	Deser z kaszy manny gotowanej na mleku z polewą porzeczkową (1a,7)	150 g		
II DANIE + OWOC	Makaron penne z mąki durum z kawałkami indyka z pesto bazyliowym, serem i brokułem (1a,3,5,7,8)	220 g	Naleśniki z kokosowym serkiem białym (1a,3,7,8)	2 szt	Kotlet schabowy panierowany w bułce tartej (1a,3)	70 g	Filet z mintaja panierowany w bułce tartej i sezamie (1a,3,4,11)	70 g		
			Polewa porzeczkowa na jogurcie (7)	50 g	Ziemniaki młode z koperkiem	100 g	Ziemniaki młode z koperkiem	100 g		
	Mix sałat z kukurydzą z zielonym groszkiem prażonym słonecznikiem i oliwą	40 g	Salatka owocowa ananas gruszka jabłko z sosem mango	40 g	Buraczki wiórki z oliwą z oliwek	40 g	Surówka z kapusty białej z kukurydzą i natką w sosie majonezowym (3,10)	40 g		
					Surówka z ogórka kiszzonego z oliwą (10)	40 g	Marchewka mini	40 g		
	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Mus owocowo-warzywny	1 szt	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g	Owoc sezonowy	1 szt./ 100 g		
	Kompot owocowy truskawka porzeczką	200 ml	Kompot owocowy truskawka śliwka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml	Kompot owocowy truskawka porzeczką	200 ml		
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 alergię lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten 1a-pszenny; 1b-żytni, 1c- jęczmienny; 1d-owsiany; 1e-przenytni, , 2. Skorupiakł 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. Nasłona sezamu I produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki I słarczany, 13. tulin I produkty pochodne, 14. Mleczaki I produkty pochodne. Informujemy, że Istnieje możliwa obecność powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.								OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA: Wanga-Czajewska kliniczny		Natalia Dietetyk

	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK SZWEDZKI STÓŁ	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200 ml	Płatki jagalne z musem jabłkowym na mleku (7)	200 ml	Kakao na mleku (7)	200 ml	Kasza manna na mleku z suszoną morelą (1a,7)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml
	Chleb jasny i razowy (1a)	50 g	Chleb jasny i graham (1a)	50 g	Chleb jasny i wieloziarnisty (1a, 1c, 1d, 11)	50 g	Chleb pszenno - żytni (1a, 1b)	50 g	Kajzerka (1a)	1 szt.
	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g
	Szynka drobiowa (1a,6,9,10)	20 g	Gzik z rzodkiewką (7)	20 g	Paszтет wieprzowy zapiekany (1a,6,9,10)	20 g	Ser żółty (7)	20 g	Jajko gotowane + sos tatarski majonezowy (3,10)	1 szt./20g
	Dżem niskosłodzony brzoskwinowy	20 g	Salata	5 g	Pasta twarogowa z tuńczykiem majonezem (3,4,7,10)	20 g	Salata	5 g	Pasta z fasoli z cebulką i botwinką	20 g
	Biała rzodkiew	15 g	Pomidor	20 g	Rukola	3 g	Pomidor	20 g	Pomidor	20 g
				Papryka	20 g			Rzodkiewka	15 g	
ZUPA + DESER	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana z koperkiem na wywarze warzywnym (7,9)	200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem z pszenicy durum na wywarze warzywnym z natką (1a,9)	200 ml	Zupa kapuśniak z ziemniakami z młodej kapusty z pomidorami na wywarze warzywnym z natką pietruszki (9)	200 ml	Krem z dyni z ciecierzycą i kaszą kukurydzianą z dodatkiem mleka kokosowego z pestkami dyni na wywarze warzywnym (9)	200 ml	Zupa meksykańska z czerwoną fasolą, papryką, kaszą bulgur i koperkiem na wywarze warzywnym (1a,9)	200 ml
	Serek waniliowy (7)	1 szt.	Chałka pszenna z miodem (1a,3,7)	50 g/10g	Koktajl brzoskwiwnia banan na mleku (7) + biszkopty pszenne (1a,3,7)	150 ml/2 szt.	Ciasto z rabarbarem z Torcikowej Chatki - wyrób domowy z mąki pszennej (1a,3,7)	50 g	Pieczywo chrupkie pszenne razowe (1a) Pasta z zielonego groszku z ziołami	2 szt./20 g
II DANIE + OWOC	Makaron z mąki durum z kawałkami kurczaka w sosie śmietanowo-serowym [ser mozzarella] i kukinią (1a,3,7)	220 g	Paluszki rybne z Mintaja panierowane w bułce tartej (1a,3,4)	70 g/3 szt.	Duszone udko z kurczaka w ziołach	70 g/1 szt.	Kotlecik mielony pieczony z mięsa drobiowo-wieprzowego z kalafiorom i z dodatkiem bułki tartej (1a,3)	70 g	Pierogi z serem z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1a,3,7)	6 szt.
			Ziemniaki młode z koperkiem	100 g	Ryż paraboliczny	100 g	Ziemniaki młode z koperkiem	100 g	Polewa borówkowa na jogurcie (7)	50 g
	Mix sałat z liśćmi botwinki zielonym groszkiem i sosem winegret (10)	40 g	Kapusta kiszona z żurwiną i oliwą (10)	40 g	Czerwona kapusta z sezamem i sosem jogurtowo-majonezowym (3,7,10,11)	40 g	Ćwikła lekko chrzanowa z oliwą	40 g	Surówka z marchewki z orzechami (5,8)	40 g
			Kalafior z bułką tartą i masłem (1a,7)	40 g	Brokuły	40 g	Surówka z selera i jabłka z majonezem (3,9,10)	40 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
	Kompot owocowy truskawka porzeczka	200 ml	Kompot owocowy truskawka śliwka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml	Kompot owocowy truskawka porzeczka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml

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 swym składzie substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten 1a-pszenny; 1b-żytni, 1c- jęczmienny; 1d-owsiany; 1e-przenżytni, 2. Skorupkiak 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. Borczyka i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. tufin 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 Wango- Czajewska
 Dietetyk kliniczny

	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK SZWEDZKI STÓŁ	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200 ml	Kawa zbożowa na mleku (1b, 1c,7)	200 ml	Herbata owocowa	200 ml	Makaron na mleku (1a,3,7)	200 ml	Kakao na mleku (7)	200 ml
	Chleb jasny i graham (1a)	50g	Chleb jasny i razowy (1a)	50 g	Chleb jasny i żytni (1a,1b)	50 g	Chleb jasny i razowy (1a)	50 g	Kajzerka (1a)	1 szt.
	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g	Masło (7)	10 g
	Serek wiejski z szczypiorkiem (7)	20 g	Polędwica drobiowa (1a,6,9,10)	20 g	Parówka drobiowa z wysoką zawartością mięsa (6,9,10)	1 szt	Schab pieczony (1a,6,9,10)	20 g	Ser żółty (7)	20 g
	Masło orzechowe b/c 100% (5,8)	10 g	Pasta z pieczonej marchewki i papryki z oliwą i ziołami	20 g	Ser żółty (7)	20 g	Salata	5 g	Pasta z ciecierzycy z sezamem (11)	20 g
	Ogórek kiszony (10)	20 g	Salata	5 g	Papryka	20 g	Ogórek	20 g	Pomidor	20 g
			Pomidor	20 g	Ketchup (1a,10)	20 g			Salata	5g
ZUPA + DESER	Zupa krem ziemniaczano - serowy (ser mozzarella, ser żółty) z mlekiem kokosowym na wywarze warzywnym z natką pietruszki posypana pestkami dyni (7,9)	200 ml	Delikatna zupa fasolowa z pieczoną kiełbaską z wysoką zawartością mięsa, ziemniakami i natką pietruszki na wywarze warzywnym (1a,6,9,10)	200 ml	Zupa domowy rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem nitki z mąki durum z lubczykiem (1a,3,9)	200 ml	Zupa grochowa z ziemniakami na wywarze warzywnym z koperkiem (9)	200 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze warzywnym z natką pietruszki (9)	200 ml
	Rogalik pszenny z jagodą (1a,3)	1 szt	Salatka jarzynowa z jajkiem (3,10) + weka pszenna (1a)	50 g/2 szt	Deserek twarogowy z wiórkami kokosowymi i truskawkami (7,8)	150 g	Kisiel truskawkowy z chrupkami kukurydzianymi	150 ml/ 5 g	Smoothie z brzoskwiń i bananów na mleku (7) + wafle ryżowe	150 ml/ 2 szt.
II DANIE + OWOC	Delikatny chili con carne z mięsem wieprzowym z fasolą czerwoną papryką cebulką zagęszczone mąką pszenną (1a)	120 g	Pampuchy drożdżowe z mąki pszennej - wyrób własny (1a,3)	2 szt	Schab duszony w piecu	70 g/ 1 szt	Potrąwka z indyka ze szpinakiem, kalfiorem w sosie śmietanowym zagęszczony mąką pszenną (1a,7)	120 g	Ryba Mintaj panierowany w bułce tartej i sezamie (1a,3,4,11)	70 g
	Ryż paraboliczny	100 g	Polewa truskawkowa na jogurcie (7)	50 g	Ziemniaki	100 g	Kasza bulgur (1a)	100 g	Ziemniaki puree (7)	100 g
	Mix sałat z marchewką, kukurydzą i sosem wingret (10)	40 g	Jabłko prażone z orzechami (5,8)	40 g	Mizeria z ogórków w sosie jogurtowym (7)	40 g	Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą w sosie jogurtowo-majonezowym (3,7,10)	40 g	Salatka szwedzka (10)	40 g
					Kalafior	40 g			Fasolka szparagowa z bułką tartą i masłem (1a,7)	40 g
	Owoc sezonowy	1szt./ 100g	Mus owocowo- warzywny	1szt	Owoc sezonowy	1szt./ 100g	Owoc sezonowy	1szt./ 100g	Owoc sezonowy	1 szt/ 100g
	Kompot owocowy truskawka porzeczką	200 ml	Kompot owocowy truskawka śliwka	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml	Kompot owocowy truskawka porzeczką	200 ml	Kompot owocowy truskawka agrest	200 ml

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH ZBODNIE 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 1a-pszenny; 1b-żytni, 1c- jęczmienny; 1d-owsiany; 1e-przenżytni, , 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, młodały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Garczyca i produkty pochodne, 11. Nasłona 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:
Czajewska

Natalia Wanga-
Dietetyk kliniczny