



		ŚNIADANIE	OBIAD	SKŁAD POSIŁKÓW	PODWIECZOREK
Poniedziałek	15. 04. 2024	Pieczywo razowe, ziarniste i pszenno- żytnie, masło, szynka drobiowa, szynka gotowana, ser żółty, ogórki kiszone, kakao lub herbata z cytryną (1a, 1b, 1e, 7)	Kapuśniak z białej kapusty z indykiem na zasmażce (1a, 7, 9)	Kapusta biała, ziemniaki, marchew, seler, korzeń pietruszki, por, cebula, masło, mąka pszenna, przyprawy	Chałka pszenna, mleko, jabłko, woda mineralna (1a, 3, 7)
			Penne z bazyliowo- pomidorowym pesto i tartym parmezanem (1a, 3)	Makaron z pszenicy durum, pesto (bazylia, suszone pomidory, orzeczki pinii, parmezan, oliwa) tarty parmezan, przyprawy, olej rzepakowy	
			Bukiet warzyw na parze	Kalafior, brokuł, marchew, przyprawy	
			Sok jabłkowo marchewkowy (własny) lub woda mineralna		
Wtorek	16. 04. 2024	Pieczywo razowe, ziarniste i pszenno-żytnie, masło, połędwica drobiowa, szynka sokołowska, zupa mleczna owsianka, jabłka, kakao lub herbata owocowa (1a, 1b, 1d, 1e, 7)	Krem alpejski z pora z grzankami (1a, 1b, 1e, 7, 9)	Por, marchew, seler, korzeń pietruszki, ziemniaki, ser, 18% śmietana , grzanki zbożowe, przyprawy	Banany, kefir, woda mineralna (7)
			Polo alla romana- kurczak duszony z papryką podany z focaccią (1a, 3, 7) Wege – tofu duszone w papryce	Filet z piersi kurczaka, papryka, kolorowa, boczek wędzony, sok jabłkowy, passata pomidorowa, bazylia, kapary, czosnek, zioła, focaccia- mąka pszenna, sól pszenny, drożdże, oliwa, przyprawy, olej do smażenia	
			Salata lodowa z sosem winegret (10)	Salata lodowa, musztarda, miód, cytryna, zioła, przyprawy, olej rzepakowy	
			Kompot z wiśni i agrestu lub woda mineralna		
Środa	17. 04. 2024	Pieczywo razowe, ziarniste i pszenno-żytnie, masło, szynka gotowana, pomidory, pasztet pieczony z kaszą jaglaną (własny wyrób), twarożek z rzodkiewką, mleko waniliowe lub herbata z cytryną (1a, 1b, 1e, 7)	Zupa z fasolki szparagowej z indykiem na zasmażce (1a, 3, 9) Wege- bez mięsa	Fasolka szparagowa, marchew, seler, korzeń pietruszki, por, cebula, mięso gotowane z indyka, masło, mąka pszenna, przyprawy	Koktajl jogurtowo owocowy (własny), wafle ryżowe, woda mineralna (7)
			Kulki warzywne w tempurze z chińskim sosem słodko pikantnym, ryż (1a)	Kulki (kalafior, brokuły, mąka pszenna, płatki ziemniaczane, drożdże, olej kokosowy), przetarte pomidory, 30% koncentrat pomidorowy, sos sojowy, sos mango, ocet winny, papryka chili, ryż, przyprawy, olej rzepakowy	
			Surówka z tartej marchewki z jabłkami i ananasm	Marchew, jabłka, ananasy w syropie, przyprawy	
			Kompot z jabłek i porzeczek lub woda mineralna		
Czwartek	18. 04. 2024	Pieczywo razowe, ziarniste i pszenno-żytnie, masło, połędwica parzona, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, ogórki zielone, Kawa mleczna lub herbata owocowa (1a, 1b, 1e, 7)	Zupa pomidorowa z makaronem i natką (1a, 3, 9)	Marchew, seler, korzeń pietruszki, por, cebula, przetarte pomidory, 30% koncentrat pomidorowy, makaron pszenny jajeczny, natka, przyprawy	Kaszka manna z sosem owocowym, jabłko, woda mineralna (1a, 7)
			Klopsiki mielone wieprzowo- drobiowe z płatkami owsianymi, ziemniaki z koperkiem (1a, 1e, 3) Wege- klopsiki warzywno- owsiane z cieciorką	Mięso mielone wieprzowe i drobiowe, płatki owsiane, jaja, bułka tarta, ziemniaki, koperek, przyprawy, olej rzepakowy	
			Surówka z kiszonej kapusty z marchewką, jabłkami i natką	Kapusta kiszona, marchew, jabłka, kukurydza, natka, przyprawy, olej rzepakowy	
			Kompot z wiśni i agrestu lub woda mineralna		
Piątek	19. 04. 2024	Pieczywo razowe, ziarniste i pszenno-żytnie, masło, ser żółty, twaróg solankowy, pasta z tuńczyka, pomidory, kakao lub herbata z cytryną (1a, 1b, 1e, 3, 4, 7)	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną i natką (1c, 7, 9)	Kalafior, brokuł, fasolka, groszek zielony, brukselka, ziemniaki, kasza jaglana, marchew, korzeń pietruszki, por, cebula, natka, przyprawy	Serek truskawkowy, jabłko, woda mineralna (7)
			Smażony w cieście filet z halibuta , ziemniaki z koperkiem (1a, 3, 4)	Filet z halibuta, mąka pszenna, jaja, ziemniaki, koperek, przyprawy, olej do smażenia	
			Surówka koperkowa z białej kapusty	Kapusta biała, jabłka, koperek, przyprawy, olej rzepakowy	
			Kompot z jabłek i porzeczek lub woda mineralna		

Legenda
alergeny

a- pszenny
b- żytni
c- jęczmienny
d- owsiany
e- orkiszowy
f- kamut

5. Produkt zawiera orzeszki ziemne arachidowe
6. Produkt zawiera soję
7. Produkt zawiera mleko
8. Produkt zawiera orzechy z drzew:
a- migdały, b- laskowe, c- włoskie, d- nerkowca, e- pekan,
f- brazylijskie, g- pistacjowe, h- makadamia, i- queenland

9. Produkt zawiera seler
10. Produkt zawiera gorczycę
11. Produkt zawiera nasiona sezamu
12. Produkt zawiera dwutlenek siarki
13. Produkt zawiera lubin
14. Produkt zawiera mięczaki