

	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ZUPA</b>	<b>DESER</b>	<b>II DANIE + OWOC</b>
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 15.04	Herbata owocowa 200 ml, Zupa mleczna: Płatki kukurydziane na mleku owsianym (1) 200 ml, <b>Pieczywo jasne (1)</b> 50 g, z masłem roślinnym 10 g, z polędwicą sopocką (1,6,9,10) 20 g, z pomidorem 20 g Sok jabłkowo-truskawkowy 200 ml	Zupa jarzynowa z brukselką i z ziemniakami na wywarze warzywnym (9) 250 ml	<b>Brioszka pszenna</b> bezmleczna z owocem (1,3) 1 szt.	Kaszotto z <b>kaszy pęczak</b> z mięsem wieprzowym w kawałkach z papryką, kalafiolem, zielonym groszkiem, w sosie koperkowym ze śmietany roślinnej zagęszczonym <b>mąką pszenną (1)</b> 220 g, z mixem sałat z ogórkiem i winegret (10) 40 g, Kompot owocowy jabłko-porzeczka 200 ml Jabłko 1 szt./100g
<b>WTOREK</b> 16.04	Kawa zbożowa ( <b>jęczmień, żyto</b> , cykoria) na mleku owsianym (1) 200 ml, Szwedzki stół: <b>Pieczywo wieloziarniste (1,11)</b> 50 g, Masło roślinne 10 g, Szyńka drobiowa (1,6,9,10) 10 g, Paprykarz warzywny (9) 10 g, Pasta z jajka z tuńczykiem i szczypiorkiem (3,4,10) 10 g, Pasta z ciecierzycy z rzodkiewką i szczypiorkiem 10 g, Papryka, Pomidor, Rukola 20 g, Sok jabłkowo-porzeczkowy 200 ml	Zupa ogórkowa z ryżem zabieleną śmietaną roślinną na wywarze warzywnym z koperkiem (9,10) 250 ml	Kisiel wiśniowy + paluch kukurydziany 150 g/ 2 szt.	Udko pieczone z tymiankiem 70 g, z ziemniakami 130g, z colesławem z kapusty białej (3,10) 40 g, z brokułami 40 g, Kompot owocowy jabłko-śliwka 200 ml Gruszka 1 szt./100g
<b>ŚRODA</b> 17.04	Herbata owocowa 200 ml, <b>Pieczywo pszenno-razowe (1)</b> 50 g z masłem roślinnym 10 g, Parówka drobiowa 100 % mięsa (6,9,10) 1 szt., z ketchupem (1,10) 20 g, z ogórkiem 20 g Sok jabłkowo-marchewkowy 200 ml	Zupa lekka grochówka z ziemniakami na wywarze warzywnym z natką pietruszki (9) 250 ml	Talerz warzyw słupki + sos ze śmietany roślinnej z pietruszką 80 g / 20 g	Kluseczki bezmleczne z <b>mąki pszennej (1,3)</b> 180 g, z polewą brzoskwińową bezmleczną 50 ml, z surówką z tartej marchewki, jabłka z sokiem z cytryny i orzechami (5,8) 40 g, Kompot owocowy jabłko-agrest 200 ml Banan 1 szt./100g
<b>CZWARTEK</b> 18.04	Kakao na mleku owsianym (1) 200 ml, Szwedzki stół: <b>Pieczywo żytnie (1)</b> 50 g, Masło roślinne 10 g, Szyńka drobiowa (1,6,9,10) 10 g, Pasta z pieczonej dyni z pestkami dyni 10 g, Szyńka drobiowa (1,6,9,10) 10 g, Dżem truskawkowy niskosłodzony 10 g, Rzodkiewka, Papryka, Sałata 20 g Sok jabłkowy 200 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze warzywnym (9) 250 ml	Koktajl porzeczka, malina, banan na mleku owsianym (1) 150 ml	Gołąbki bez zawijania z ryżem, mięsem wieprzowym, cebulką i kapustą białą (1,3) 2 szt., z sosem pomidorowym zagęszczonym <b>mąką pszenną (1)</b> 80 ml, z surówką z ogórka kiszzonego z porem, koperkiem i oliwą (10) 40 g, Kompot owocowy jabłko-porzeczka 200 ml Mandarynka 1 szt./100g
<b>PIĄTEK</b> 19.04 DZIEŃ CZOSNKU	Herbata owocowa 200 ml, Zupa mleczna: Kasza jaglana na mleku owsianym (1) 200 ml, <b>Kajzerka pszenna (1)</b> 1 szt., z masłem roślinnym 10 g, z jajkiem w sosie tatarskim (3,10) 1 szt./20 g, z pomidorem 20 g i sałatą 5 g Sok jabłko-mango 200 ml	Zupa krem z białych warzyw (kalafior, ciecierzycy, seler, pietruszka) na wywarze warzywnym z <b>grzankami pszennymi (1,9)</b> 250 ml	Deser z kaszy kukurydzianej na mleku owsianym z mango na <b>ciasteczkach bezmlecznych (1,3)</b> 150 g	Ryba Mintaj panierowana w <b>bulce tartej</b> i sezamie (1,3,4,11) 70 g, z ziemniakami 130 g, ze szpinakiem duszonym na śmietanie roślinnej z czosnkiem 40 g, z surówką z kiszzonej kapusty z marchewką i oliwą 40 g Kompot owocowy jabłko-agrest 200 ml Jabłko 1 szt./100g

	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>ZUPA</b>	<b>DESER</b>	<b>II DANIE + OWOC</b>
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 22.04	Herbata owocowa 200 ml, Zupa mleczna: <b>Czekoladowe kulki</b> o obniżonej zawartości cukru na mleku owsianym (1) 200 ml <b>Pieczywo razowe (1)</b> 50 g, z masłem roślinnym 10 g, z szynką drobiową (1,6,9,10) 20 g i ogórkiem kiszonym (10) 20 g Sok jabłko-mango 200 ml	Zupa z kolorowej fasolki szparagowej: zielonej i żółtej z ziemniakami, zabieleną śmietaną roślinną z koperkiem na wywarze warzywnym (9) 250 ml	Shake waniliowo-truskawkowy z bananem na mleku owsianym z <b>płatkami owsianymi (1)</b> 150 ml	Leczo z soczewicą, mięsem wieprzowym, cukinią, papryką, cebulką w sosie pomidorowym z <b>mąką pszenną (1)</b> 120 g, z ryżem parabolicznym 100 g, z surówką z kapusty białej z kukurydzą i koperkiem i oliwą 40 g Kompot owocowy jabłko-porzeczką 200 ml Jabłko 1 szt./100 g
<b>WTOREK</b> 23.04 DZIEŃ PIECZAREK	Kakao na mleku (7) 200 ml, Szwedzki stół: <b>Pieczywo pszenno-żytnie (1)</b> 50 g, Masło roślinne 10 g, Szynka wieprzowa (1,6,9,10) 10 g, Szynka drobiowa (1,6,9,10) 10 g, Dżem porzeczkowy niskosłodzony 10 g, Pasta brokułowa z jajkiem i majonezem (3,10) 10 g, Pomidor, Ogórek, Sałata 20 g Sok jabłkowo-porzeczkowy 200 ml	Zupa krem z pieczarek ze śmietaną roślinną z natką pietruszki i drobnym makaronem z <b>mąki durum</b> na wywarze warzywnym (9) 250 ml	Mufinka z jabłkiem – wyrób domowy ciasto bezmleczne z <b>mąki pszennej</b> z Torcikowej Chatki (1,3) 1 szt.	Kotlet mielony z indykiem z ciecierzycą, marchewką i porem panierowany w <b>bulce tartej (1,3)</b> 70 g, z ziemniakami 130 g, z sałatką z ogórka kiszzonego w sosie musztardowym (1,10) 40 g, z bukietem warzyw z masłem roślinnym 40 g Kompot owocowy jabłko-śliwka 200 ml Mandarynka 1 szt./100 g
<b>ŚRODA</b> 24.04	Herbata owocowa 200 ml, <b>Pieczywo graham (1)</b> 50 g z masłem roślinnym 10 g, Jajecznicza na maśle roślinnym (3) 80 g, z ogórkiem 20 g i z sałata 5 g Sok jabłko-burak 200 ml	Zupa ziemniaczanka z kielbaską wieprzową i natką pietruszki (1,6,9,10) 250 ml	Talerz warzyw słupki + sos koperkowy na śmietanie roślinnej 80 g/20 g	Makaron z <b>mąki durum</b> z brzoskwiniami w kawałku (1,3) 220 g, z polewą truskawkową bezmleczną 50 ml, z surówką z marchewki i ananasa polaną sokiem z cytryny 40 g Kompot owocowy jabłko-agrest 200 ml Gruszka 1 szt./100 g
<b>CZWARTEK</b> 25.04	Kawa zbożowa ( <b>jęczmień, żyto, cykoria</b> ) na mleku owsianym (1) 200 ml, Szwedzki stół: <b>Pieczywo wieloziarniste (1,11)</b> 50 g, Masło roślinne 10 g, Szynka wieprzowa (1,6,9,10) 10 g, Paszтет sojowy (6,9,10) 10 g, Pasta z kurczaka z włoszczyzną (9) 10 g, Hummus z suszonymi pomidorami (11) 10 g, Papryka, Pomidor, Rzodkiewka 20 g, Sok jabłkowo-truskawkowy 200 ml	Zupa szczawiowa z ziemniakami, jajkiem zabieleną śmietaną roślinną na wywarze warzywnym z koperkiem (3,9) 250 ml	Deser a'la szarlotka z cynamonem, jogurtem na <b>biszkopcie pszennym</b> bezmlecznym (1,3) 150 g	Schab pieczony z ziołami w sosie pieczeniowym z <b>mąką pszenną (1)</b> 70 g/50 ml, z mixem kasz - gryczaną i <b>jęczmienną (1)</b> 100 g, z buraczkami z oliwą 40 g, z kalaflorem z masłem roślinnym i <b>bulką tartą (1)</b> 40 g Kompot owocowy jabłko-porzeczką 200 ml Jabłko 1 szt./100g
<b>PIĄTEK</b> 26.04	Herbata owocowa 200 ml, Zupa mleczna: Zacierka z <b>mąki durum</b> na mleku owsianym (1,3) 200 ml, <b>Kajzerka (1)</b> 1 szt., z masłem roślinnym 10 g, z szynką drobiową (1,6,9,10) 20 g, z ogórkiem 20 g i z sałata 5 g Sok jabłkowy 200 ml	Zupa meksykańska z fasolą czerwoną, papryką, kukurydzą z ryżem parabolicznym, pomidorami z mlekiem kokosowym na wywarze warzywnym (9) 250 ml	<b>Chałka pszenna</b> bezmleczna z miodem naturalnym (1) 2 szt./10 g	Ryba Mintaj panierowany w <b>bulce tartej (1,3,4)</b> 70 g, z ziemniakami 130 g, z surówką z kapusty kiszzonej z cebulką i oliwą (10) 40 g, z marchewką mini z sezamem i oliwą (11) 40 g Kompot owocowy jabłko-agrest 200 ml Banan 1 szt./100g

Opracowano : Dominika Miklas dietetyk kliniczny

W jadłospisie oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem (UE) nr 1169/2011 :wykaz alergenów w załączniku do jadłospisu.  
 SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI 1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe.  
 2. Skorupiaki i produkty pochodne; 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, z wyjątkiem: a) żelatyny rybnej stosowanej jako nośnik preparatów zawierających witaminy lub karotenoidy;  
 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty pochodne (łącznie z laktozą) 8. Orzechy, tj. migdały (Amygdalus communis L.), orzechy laskowe (Corylus avellana), orzechy włoskie (Juglans regia), orzechy nerkowca (Anacardium occidentale), orzeszki pekan (Carya illinoensis (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (Bertholletia excelsa), pistacje/orzechy pistacjowe (Pistacia vera), orzechy makadamia lub orzechy Queensland(Macadamia ternifolia). 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO2 dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców; 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne. 22.11.2011 Dziennik Urzędowy Unii Europejskiej L 304/43