

	ŚNIADANIE	ZUPA	DESER	II DANIE + OWOC
PONIEDZIAŁEK 31.03	Herbata owocowa 200 ml, Zupa mleczna: Płatki kukurydziane na mleku roślinnym 200 ml, Chleb razowy (1) 50 g, z masłem roślinnym 10 g, z indykiem pieczonym (1,6,9,10) 20 g, z ogórkiem kiszonym (10) 20 g Sok ananasowy 200 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (9) 250 ml	Koktajl malina porzeczka na mleku roślinnym z miodem 150 ml	Makaron świderki z mąki durum z sosem neapolitańskim z mięsem mielonym wieprzowym z włoszczyzną, soczewicą zagęszczony mąką pszenną (1,3,9) 280 g, z mixem sałat z kukurydzą i sosem winegret (10) 40 g, Kompot owocowy jabłko-porzeczka 200 ml Jabłko 1 szt./100g
WTOREK 01.04	Kawa zbożowa (jęczmień, żyto) na mleku roślinnym (1) 200 ml, Szwedzki stół: Chleb pszenno-żytni (1) 50 g, Masło roślinne 10 g, Szynka wieprzowa (1,6,9,10) 10 g, Pasta warzywna z ziołami 10 g, Szynka drobiowa (1,6,9,10) 10 g, Dżem wiśniowy niskosłodzony 10 g, Pomidor, Sałata, Pomidor 20 g, Sok jabłko-aronia 200 ml	Zupa z kaszy pęczak z bulgur z natką pietruszki na wywarze warzywnym (1,9) 250 ml	Talerz warzyw słupki + sos czosnkowy na jogurcie wegańskim (6) 80 g/ 20 g	Udko z kurczaka pieczone w ziołach 70 g, z ziemniakami 130 g, z marchewką duszoną na maśle roślinnym 40 g, z surówką z kapusty białej z natką pietruszki i oliwą 40 g, Kompot owocowy jabłko-śliwka 200 ml Gruszka 1 szt./100g
ŚRODA 02.04	Herbata owocowa 200 ml, Chleb wieloziarnisty (1,11) 50 g, z masłem roślinnym 10 g, Jajecznicza na maśle roślinnym (3) 80 g, z rzodkiewką 20 g, z ogórkiem 20 g, Sok jabłkowy 200 ml	Domowy rosół na wywarze drobiowo-warzywnym z makaronem nitki z maki durum z lubczykiem i natką (1,3,9) 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku roślinnym z dżemem morelowym niskosłodzonym na biszkipcie pszennym b/m (1,3) 150 g	Gulasz strogonoff z mięsem wieprzowym w kawałkach, papryką, cebulką, ogórkiem kiszonym, soczewicą w sosie pomidorowym z mąką pszenną (1,10) 120 g, z kopytkami (1,3) 100 g, z buraczkami z natką i oliwą 40 g, Kompot owocowy jabłko-agrest 200 ml Mandarynka 1 szt./100g
CZWARTEK 03.04	Kakao na mleku roślinnym 200 ml, Szwedzki stół: Chleb jasny (1) 50 g, Masło roślinne 10 g, Szynka wieprzowa (1,6,9,10) 10 g, Paprykarz wegański (9) 10 g, Pasta z jajka ze szczypiorkiem (3,10) 10 g, Hummus (11) 10 g, Pomidor, Rukola, Ogórek 20 g, Sok jabłko-wiśnia 200 ml	Krem z ciecierzycy, pora z ziemniakami na wywarze warzywnym podany z grzankami pszennymi (1,9) 250 ml/5 g	Ciasto ze śliwką bezmleczne z Torcikowej Chatki z mąki pszennej – wyrób domowy (1,3) 50 g	Ryba Mintaj panierowany z bułką tartą i słonecznikiem (1,3,4) 70 g, z ziemniakami 130 g, z surówką z kapusty kiszanej z żurawiną, natką pietruszki i z oliwą (10) 40 g, z kalafiorem 40 g, Kompot owocowy jabłko-porzeczka 200 ml Jabłko 1 szt./100g
PIĄTEK 04.04	Herbata owocowa 200 ml, Zupa mleczna: Kasza manna na mleku roślinnym (1) 200 ml, Kajzerka pszenna (1) 1 szt., z masłem roślinnym 10 g, z szynką drobiową (1,6,9,10) 20 g, z ogórkiem 20 g, z sałatą 5 g Sok jabłko-marchew 200 ml	Zupa barszcz ukraiński z fasolą, ziemniakami z natką pietruszki na wywarze warzywnym (9) 250 ml	Salatka jarzynowa z zielonym groszkiem i kukurydzą z dodatkiem majonezu (3,9,10) + Weka pszenna (1) 50 g/50 g	Naleśniki z jabłkiem i kokosem – wyrób własny z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1,3,8) 2 szt., z polewą truskawkową 50 g, z surówką z marchewki z suszoną morelą 40 g, Kompot owocowy jabłko-agrest 200 ml Banan 1 szt./100g

	ŚNIADANIE	ZUPA	DESER	II DANIE + OWOC
PONIEDZIAŁEK 07.04	Herbata owocowa 200 ml, Zupa mleczna: Płatki ryżowe na mleku roślinnym 200 ml, Chleb razowy (1) 50 g, z masłem roślinnym 10 g, z szynką drobiową (1,6,9,10) 20 g, z ogórkiem kiszonym (10) 20 g, Sok jabłko-wiśnia 200 ml	Zupa krem brokułowy z ziemniakami i natką na wywarze warzywnym posypany pestkami dyni (9) 250 ml	Brioszka pszenna bezmleczna z owocem (1,3) 1 szt.	Pulpeciki wieprzowo-wołowe z dodatkiem soi w sosie ziołowym ze śmietaną roślinną zagęszczonym mąką pszenną (1,6) 4 szt./ 50 ml, z kaszą pełczak (1) 100 g, z surówką z kapusty białej z koperkiem i oliwą 40 g, z bukietem warzyw 40 g, Kompot owocowy jabłko-porzeczka 200 ml Jabłko 1 szt./100g
WTOREK 08.04	Kawa zbożowa (jęczmień, żyto) na mleku roślinnym (1) 200 ml, Szwedzki stół: Chleb jasny (1) 50 g, Masło roślinne 10 g, Szynka drobiowa (1,6,9,10) 10 g, Pasta z jajka z porem i majonezem (3,10) 10 g, Pasta z fasoli z rzodkiewką i szczypiorkiem i oliwą 10 g, Szynka wieprzowa (1,6,9,10) 10 g, Rzodkiewka, Sałata, Pomidor 20 g Sok jabłko - marchew 200 ml	Zupa gulaszowa z papryką, pomidorami z mięsem wieprzowym, fasolą czerwoną i ziemniakami z natką pietruszki (9) 250 ml	Talerz warzyw słupki + sos koperkowy na śmietanie roślinnej 80 g/ 20 g	Knedle z mussem morelowym – wyrób z mąki pszennej (1,3) 3 szt., z polewą czekoladową z bananem - bezmleczną 50 g, z sałatką owocową ananas, gruszka, jabłko z sosem mango 40 g, Kompot owocowy jabłko-śliwka 200 ml Gruszka 1 szt./100 g
ŚRODA 09.04	Herbata owocowa 200 ml, Chleb wieloziarnisty (1,11) 50 g, z masłem (7) 10 g, Parówka drobiowa 100 % mięsa (6,9,10) 1 szt., z papryką 20 g, z ketchupem (1,10) 20 g, Sok jabłko-aronia 200 ml	Zupa krupnik z kaszy pełczak z pieczarkami na wywarze warzywnym z natką pietruszki (1,9) 250 ml	Koktajl truskawkowy z nasionami chia na mleku roślinnym 150 ml	Kotlet z fileta z kurczaka panierowany w bulce tartej (1,3) 70 g, z ziemniakami 130 g, z mizerią z rzodkiewką i oliwą 40 g, z marchewką mini z oliwą 40 g, Kompot owocowy jabłko-agrest 200 ml Mandarynka 1 szt./100g
CZWARTEK 10.04	Kakao na mleku roślinnym 200 ml, Szwedzki stół: Chleb pszenno-żytni (1) 50 g, Masło roślinne 10 g, Pasta z pieczonej marchewki z oliwą i sezamem (11) 10 g, Schab pieczony (1,6,9,10) 10 g, Pasta z ciecierzycy z ogórkiem i cebulką 10 g, Hummus z burakiem (11) 10 g, Ogórek, Rukola, Pomidor 20 g, Sok jabłko-mango 200 ml	Zupa kapuśniak z kapusty białej z pomidorami, ziemniakami na wywarze warzywnym z natką pietruszki (9) 250 ml	Deser z kaszy kukurydzianej na mleku roślinnym z malinami na biszkopcie b/m (1,3) 150 g	Makaron penne z mąki durum z kawałkami indyka z sosem bazyliowym i brokułem (1,3,5,8) 220 g, z mixem sałat z kukurydzą z zielonym groszkiem, prażonym słonecznikiem i oliwą 40 g Kompot owocowy jabłko-porzeczka 200 ml Jabłko 1 szt./100g
PIĄTEK 11.04	Herbata owocowa 200 ml, Zupa mleczna: Płatki owsiane na mleku owsianym z suszoną morelą (1) 200 ml, Kajzerka pszenna (1) 1 szt., z masłem roślinnym 10 g, z szynką drobiową (1,6,9,10) 20 g, z sałatką 5 g, z pomidorem 20 g, Sok jabłkowy 200 ml	Zupa ogórkowa z ryżem parabolicznym i koperkiem na wywarze warzywnym (9,10) 250 ml	Chałka pszenna bezmleczna (1,3) + miód naturalny 50 g/10 g	Ryba Mintaj panierowany z bułką tartą (1,3,4) 70 g, z ziemniakami 130 g, z surówką marchew, seler z oliwą (9) 40 g, z brokułami 40 g, Kompot owocowy jabłko-agrest 200 ml Banan 1 szt./100g

Opracowano : Dominika Mikłas 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; 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) 8. Orzechy, tj. migdały (Amygdalus communis L.), orzechy włoskie (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