

PONIEDZIAŁEK

Śniadanie

Jaglanka na mleku z sosem wiśniowym [200 g] **(alergeny: mleko)**
Chleb wiejski, bułka grahamka [35 g] **(alergeny: gluten)**
Masło ekstra [5 g] **(alergeny: mleko)**
Ser twarogowy półtłusty [20 g] **(alergeny: mleko)**
Dżem truskawkowy, niskosłodzony [20 g]
Ogórek [20g], Papryka żółta [20g]
Sałata lodowa [5 g]
Herbata rumiankowa, napar bez cukru [200 g]

Zupa + Deser

Zupa jarzynowa z fasolką szparagową, ziemniakami na wywarze warzywnym, bez zabielenia [200 g] **(alergeny: seler)**
Serek waniliowy z domową granolą-wyrób własny [150 g] **(alergeny: gluten, mleko, orzechy)**
Woda z cytryną [200 g]

II Danie

Eskalopki z polędwiczki wieprzowej w sosie koperkowym [100g] **(alergeny: gluten, mleko)**
Ryż biały z natką pietruszki [100 g]
Surówka z kapusty pekińskiej, papryki, ogórka i kukurydzy z oliwą z oliwek [50 g]
Kompot jabłko-gruszka bez cukru [200 g]

Przekąska

Jabłko [100 g]

WTOREK

Śniadanie

Klasyczne kakao na mleku z miodem [200 g] **(alergeny: mleko)**
Chleb żytni-jasny, chleb razowy [35 g] **(alergeny: gluten)**
Masło ekstra [5 g] **(alergeny: mleko)**
Pierś z indyka pieczona w ziołach-wyrób własny [40 g]
Pomidorki koktajlowe [20 g], Ogórek kiszony [20 g]
Sałata karbowana [5 g]
Herbata zielona, napar bez cukru [200 g]

Zupa + Deser

Rosół z makaronem nitki na wywarze mięsny [200 g] **(alergeny: gluten, seler)**
Mus owocowy (ananas, pomarańcza, banan)-wyrób własny [150 g]
Woda z cytryną [200 g]

II Danie

Pierogi na słodko z serem skropione masłem [150 g] **(alergeny: gluten, jaja, mleko)**
Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek [50 g]
Kompot malina-truskawka bez cukru [200 g]

Przekąska

Banan [100 g]

ŚRODA

Śniadanie

Kasza manna na mleku [200 g] **(alergeny: gluten, mleko)**
Chleb wielozłazisty, chleb graham [35 g] **(alergeny: gluten)**
Masło ekstra [5 g] **(alergeny: mleko)**
Jajecznica na maśle klarowanym [20 g] **(alergeny: jaja, mleko)**
Serek grani naturalny [20 g] **(alergeny: mleko)**
Ogórek [20 g], Rzodkiewka [20 g]
Sałata rzymska [5 g]
Herbata owocowa, napar bez cukru [200 g]

Zupa + Deser

Zupa krem z pieczonej papryki i pomidorów z groszkiem ptyśowym na wywarze warzywnym, bez zabielenia [200 g] **(alergeny: gluten, seler)**
Ciasteczka owsiane z żurawiną i słonecznikiem-wyrób własny (150g) **(alergeny: gluten, jaja, mleko)**
Woda z cytryną [200 g]

II Danie

Nuggetsy z kurczaka w płatkach kukurydzianych [100 g] **(alergeny: gluten, jaja)**
Makaron farfalle z natką pietruszki [100 g] **(alergeny: gluten)**
Surówka czerwonej kapusty, jabłka i cebuli z oliwą z oliwek [50 g]
Kompot jabłko-wiśnia bez cukru [200 g]

Przekąska

Pomarańcza-cząstki [100 g]

CZWARTEK

Śniadanie

Owsianka na mleku z daktylami [200 g] **(alergeny: gluten, mleko)**
Chleb razowy, bułka kajzerka [35 g] **(alergeny: gluten)**
Masło ekstra [5 g] **(alergeny: mleko)**
Pasta z batatów, papryki i suszonych pomidorów-wyrób własny [20 g]
Ser, mozzarella w kostce [20 g] **(alergeny: mleko)**
Papryka żółta [20 g], Pomidor [20 g]
Szpinak [5 g]
Herbata miętowa, napar bez cukru [200 g]

Zupa + Deser

Zupa wiedeńska z kaszą manną, ziemniakami na wywarze warzywnym, bez zabielenia [200 g] **(alergeny: gluten, seler)**
Chałka z dżemem truskawkowym niskosłodzonym-wyrób własny [50 g] **(alergeny: gluten, jaja, mleko)**
Woda z cytryną [200 g]

II Danie

Gołąbki bez zawijania z ryżem, młoda kapusta i mięsem wieprzowym w sosie pomidorowym [100 g] **(alergeny: gluten, jaja)**
Ziemniaki z koperkiem [120 g]
Surówka z selera, marchewki, kukurydzy z dressingiem oliwy z oliwek [50 g] **(alergeny: seler)**
Kompot jabłko-brzoskwinia bez cukru [200 g]

Przekąska

Marchew, papryka, ogórek-słupki [100 g]

PIĄTEK

Śniadanie

Kawa zbożowa na mleku [200 g] **(alergeny: mleko, gluten)**
Chleb pszenno-żytni, chleb razowy [35 g] **(alergeny: gluten)**
Masło ekstra [5 g] **(alergeny: mleko)**
Pasta z tuńczyka i jajka z jogurtem naturalnym-wyrób własny [20 g] **(alergeny: ryba, jaja, mleko)**
Ser, gouda tłusty [20 g] **(alergeny: mleko)**
Rzodkiewka [20 g], Ogórek [20 g]
Sałata lodowa [5 g]
Herbata rooibos, napar bez cukru [200 g]

Zupa + Deser

Zupa krem z brokuła, cukinii, szpinaku z grzankami razowymi na wywarze warzywnym, bez zabielenia [200 g] **(alergeny: gluten, seler)**
Czekoladowy budyń na mleku [150 g] **(alergeny: mleko)**
Woda z cytryną [200 g]

II Danie

Dorsz pieczony w panierce z otrębów pszennych [100 g] **(alergeny: ryba, gluten, jaja)**
Kasza bulgur z natką pietruszki [100 g] **(alergeny: gluten)**
Surówka coleslaw z białej kapusty, marchewki z dressingiem jogurtowym [50 g] **(alergeny: mleko)**
Kompot jabłko-porzeczka bez cukru [200 g]

Przekąska

Mandarynki [100 g]

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 alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1. zboża zawierające gluten, 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.

WSZYSTKIE HERBATKI I NAPOJE Z DODATKIEM MLEKA SĄ SŁODZONE MIODEM NATURALNYM LUB NIE ZAWIERAJĄ CUKRU.
Uwaga. Ze względu na dostępność lub brak niektórych produktów mogą nastąpić drobne zmiany w jadłospisie.