



## Na tydzień 15.04-21.04.2019

Data	Posiłek	Gramatura	
15.04.2019 (poniedziałek)	I. śniadanie	Płatki owsiane na mleku <sup>(1,7)</sup>	250 ml
		Ser Caprese <sup>(7)</sup>	60 g
		Roszponka	20 g
		Papryka czerwona	20 g
		Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g
		Masło <sup>(7)</sup>	13 g
		Kawa zbożowa <sup>(1,7)</sup>	250 ml
	II. śniadanie	Sok bananowy	130 ml
	Obiad	Zupa ziemniaczana <sup>(7,9)</sup>	300 ml
		Zapiekanka mięsno-warzywna	150 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Baton „Bounty” <sup>(7)</sup>	1 szt
	Kolacja	Pasta jajeczna <sup>(3,7)</sup>	45 g
		Roszponka	20 g
		Rzodkiewka	20 g
		Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g
Masło <sup>(7)</sup>		13 g	
Herbata		250 ml	
16.04.2019 (wtorek)	Śniadanie	Kasza manna na mleku <sup>(1,7)</sup>	250 ml
		Wędlina drobiowa	60 g
		Salata lodowa	20 g
		Pomidor	40 g
		Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g
		Masło <sup>(7)</sup>	13 g
		Herbata owocowa	250 ml
	II. śniadanie	Sok „Dr Witt”	130 ml
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem <sup>(1,7,9)</sup>	300 ml
		Eskalopki z indyka w sosie własnym <sup>(1)</sup>	100 g
		Ziemniaki puree <sup>(7)</sup>	130 g
		Salatka z brokułu i pora <sup>(3)</sup>	80 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Banan	1 szt
	Kolacja	Ser kanapkowy „Bieluch” <sup>(7)</sup>	40 g
		Salata lodowa	20 g
		Ogórek zielony	20 g
		Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g
Masło <sup>(7)</sup>		13 g	
Herbata	250 ml		

<b>17.04.2019</b> <b>(środa)</b>	<b>Śniadanie</b>	Płatki jaglane na mleku <sup>(7)</sup>	250 ml
		Salami	40 g
		Roszponka	20 g
		Rzodkiewka	20 g
		Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g
		Masło <sup>(7)</sup>	13 g
		Herbata	250 ml
	<b>II. śniadanie</b>	Sok jabłkowy	130 ml
	<b>Obiad</b>	Barszcz czerwony z ziemniakami <sup>(7,9)</sup>	300 ml
		Kaszotto z kurczakiem, marchewką i kukurydzą <sup>(1)</sup>	250 g
		Kompot	250 ml
	<b>Podwieczorek</b>	Jogurt „Skyr” <sup>(7)</sup>	1 szt
	<b>Kolacja</b>	Pasta tuńczykowa <sup>(4,7)</sup>	45 g
		Roszponka	20 g
Papryka czerwona		20 g	
Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>		80 g	
Masło <sup>(7)</sup>		13 g	
Herbata owocowa		250 ml	
<b>18.04.2019</b> <b>(czwartek)</b>	<b>Śniadanie</b>	Płatki ryżowe na mleku <sup>(7)</sup>	250 ml
		Wędlina wieprzowa	60 g
		Salata masłowa	20 g
		Ogórek zielony	20 g
		Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g
		Masło <sup>(7)</sup>	13 g
		Herbata owocowa	250 ml
	<b>II. śniadanie</b>	Sok „Kubuś”	130 ml
	<b>Obiad</b>	Zupa z kalarepy z ryżem <sup>(7,9)</sup>	300 ml
		Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym <sup>(1,3)</sup>	80 g
		Ziemniaki puree <sup>(7)</sup>	130 g
		Czerwona kapusta	80 g
		Kompot	250 ml
	<b>Podwieczorek</b>	Kisiel owocowy z jabłkiem	150 g
	<b>Kolacja</b>	Dżem	45 g
		Miód	45 g
		Rogale maślane <sup>(1)</sup>	80 g
		Masło <sup>(7)</sup>	13 g
		Kakao <sup>(7)</sup>	250 ml

19.04.2019 (piątek)	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku <sup>(1,7)</sup>	250 ml
		Ser „Łaciaty” <sup>(7)</sup>	40 g
		Salata lodowa	20 g
		Pomidor	40 g
		Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g
		Masło <sup>(7)</sup>	13 g
		Herbata	250 ml
	II. śniadanie	Jabłko	1 szt
	Obiad	Krem z marchwi z kaszą jaglaną <sup>(7,9)</sup>	300 ml
		Filet z mintaja panierowany <sup>(1,3,4)</sup>	120 g
		Ziemniaki puree <sup>(7)</sup>	130 g
		Kapusta kiszona na gęsto <sup>(1)</sup>	100 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Koktajl ananasowy <sup>(7)</sup>	150 ml
Kolacja	Hummus z ciecioroki <sup>(7)</sup>	45 g	
	Salata lodowa	20 g	
	Rzodkiewka	20 g	
	Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g	
	Masło <sup>(7)</sup>	13 g	
	Herbata owocowa	250 ml	
20.04.2019 (sobota)	Śniadanie	Kasza manna na mleku <sup>(1,7)</sup>	250 ml
		Ser żółty <sup>(7)</sup>	60 g
		Mix sałat (radicchio, roszponka, indivia)	20 g
		Papryka czerwona	20 g
		Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g
		Masło <sup>(7)</sup>	13 g
		Herbata owocowa	250 ml
	II. śniadanie	Kiwi	1 szt
		Cukierki	20 g
	Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami <sup>(7,9)</sup>	300 ml
		Ryż zapiekany z jabłkami <sup>(7)</sup>	250 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Serek homogenizowany <sup>(7)</sup>	1 szt
	Kolacja	Pasta twarogowo-pomidorowa <sup>(7)</sup>	45 g
		Ogórek zielony	20 g
		Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g
		Masło <sup>(7)</sup>	13 g
Herbata		250 ml	

<b>21.04.2019 (niedziela)</b>	<b>Śniadanie</b>	Płatki jaglane na mleku <sup>(7)</sup>	250 ml
		Paszтет pieczony <sup>(1,3)</sup>	40 g
		Roszonka	20 g
		Ogórek kiszony	20 g
		Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g
		Masło <sup>(7)</sup>	13 g
		Herbata	250 ml
	<b>II. śniadanie</b>	Kiwi	1 szt
		Cukierki	20 g
	<b>Obiad</b>	Żurek z ziemniakami <sup>(1,7,9)</sup>	300 ml
		Pieczeń schabowa ze śliwkami <sup>(1)</sup>	80 g
		Ziemniaki puree <sup>(7)</sup>	130 g
		Surówka z marchwi i jabłka	80 g
		Kompot	250 ml
	<b>Podwieczorek</b>	Babka wielkanocna <sup>(1,3,7)</sup>	100 g
		Pasta sardyńska <sup>(4,7)</sup>	40 g
	<b>Kolacja</b>	Roszonka	20 g
		Pomidor	40 g
		Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g
		Masło <sup>(7)</sup>	13 g
Herbata owocowa		250 ml	

# Smacznego!

1. Woda mineralna gazowana/niegazowana do picia dostępna jest cały czas na kuchni.
2. Do przygotowania posiłków używane są następujące przyprawy: bazylia, curry, cynamon, cukier wanilinowy, gałka muszkatołowa, imbir, kmin rzymski, kolendra, kminek mielony, kurkuma, liść laurowy, majeranek, oregano, papryka słodka, papryka słodka wędzona, pieprz czarny mielony, pieprz cytrynowy, pieprz ziołowy, przyprawy do mięs bez glutaminianu sodu, sól kujawska oraz sól o obniżonej zawartości sodu a także tymianek, ziele angielskie mielone i w całości, zioła prowansalskie oraz „Vegeta” w wersji tradycyjnej oraz bez glutaminianu sodu.
3. Zgodnie z informacjami od producentów używane produkty gotowe np. kakao, herbata, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa mogą zawierać śladowe ilości glutenu, laktozy, soi, orzechów, selera i gorczycy.
4. W jadłospisie zaznaczone są substancje i produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji, zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 roku, załącznik II.

**Lista substancji lub produktów powodujących 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,
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne,
6. Soja i produkty pochodne,
7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą),
8. Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy Queensland,
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 SO<sub>2</sub> 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,

**UWAGA!**

**Kuchnia zastrzega sobie prawo do dokonywania zmian w jadłospisie.**