



Na tydzień 29.04-5.05.2019

Data	Posiłek		Gramatura
29.04.2019 (poniedziałek)	śniadanie	Płatki jaglane na mleku ⁽⁷⁾	250 ml
		Wędlina wieprzowa	60 g
		Sałata masłowa	20 g
		Rzodkiewka	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	13 g
		Herbata owocowa	250 ml
	II. śniadanie	Sok „Kubuś”	130 ml
	Obiad	Zupa selerowa z kaszą jaglaną ^(7,9)	300 ml
		Kotlet mielony ^(1,3)	80 g
		Ziemniaki puree ⁽⁷⁾	130 g
		Mizeria ⁽⁷⁾	80 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Budyń ⁽⁷⁾	150 g
	Kolacja	Pasta twarogowo-rzodkiewkowa ⁽⁷⁾	45 g
Pomidor		40 g	
Pieczywo mieszane ⁽¹⁾		80 g	
Masło ⁽⁷⁾		13 g	
Herbata		250 ml	
30.04.2019 (wtorek)	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku ⁽⁷⁾	250 ml
		Salami	40 g
		Sałata lodowa	20 g
		Ogórek zielony	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	13 g
		Herbata	250 ml
	II. śniadanie	Sok bananowy	130 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami ^(7,9)	300 ml
		Curry z kurczaka	200 g
		Ryż biały	100 g
		Surówka z białej kapusty, marchwi i jabłka ^(3,7)	80 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Koktajl truskawkowy ⁽⁷⁾	150 ml
	Kolacja	Pasta twarogowo-ziółowa ⁽⁷⁾	45 g
Sałata lodowa		20 g	
Papryka czerwona		20 g	
Pieczywo mieszane ⁽¹⁾		80 g	
Masło ⁽⁷⁾		13 g	
Herbata owocowa		250 ml	

1.05.2019 (środa)	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku ^(1,7)	250 ml
		Ser kanapkowy „Łaciaty” ⁽⁷⁾	40 g
		Dżem owocowy	45 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	13 g
		Kakao ⁽⁷⁾	250 ml
	II. śniadanie	Sok „Vita-mini”	130 ml
	Obiad	Zupa ziemniaczana ^(7,9)	300 ml
		Spaghetti z mięsem ⁽¹⁾	150 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Jogurt grecki ⁽⁷⁾	1 szt
	Kolacja	Pasta tuńczykowa ^(4,7)	45 g
		Mix sałat (radicchio, roszponka, indivia)	20 g
		Pomidor	40 g
Pieczywo mieszane ⁽¹⁾		80 g	
Masło ⁽⁷⁾		13 g	
Herbata		250 ml	
2.05.2019 (czwartek)	Śniadanie	Kasza manna na mleku ^(1,7)	250 ml
		Wędlina drobiowa	60 g
		Roszponka	20 g
		Rzodkiewka	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	13 g
		Herbata owocowa	250 ml
		II. śniadanie	Jabłko
	Obiad	Krem z marchwi z ryżem brązowym ^(7,9)	300 ml
		Eskalopki z indyka w sosie własnym ⁽¹⁾	100 g
		Ziemniaki puree ⁽⁷⁾	130 g
		Sałatka z brokuła i pora ⁽³⁾	80 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Koktajl kakaowy ⁽⁷⁾	150 ml
	Kolacja	Hummus z ciecioriki ⁽⁷⁾	45 g
		Roszponka	20 g
		Ogórek zielony	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	13 g
		Herbata	250 ml

3.05.2019 (piątek)	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku ⁽⁷⁾	250 ml
		Ser żółty ⁽⁷⁾	60 g
		Salata lodowa	20 g
		Papryka czerwona	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	13 g
		Herbata	250 ml
	II. śniadanie	Sok jabłkowy	130 ml
	Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem ^(1,7,9)	300 ml
		Ryba duszona w jarzynach ^(4,9)	180 g
		Ziemniaki puree ⁽⁷⁾	130 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Baton „Bounty” ⁽⁷⁾	1 szt
	Kolacja	Pasta twarogowo-pomidorowa ⁽⁷⁾	45 g
Salata lodowa		20 g	
Ogórek zielony		20 g	
Pieczywo mieszane ⁽¹⁾		80 g	
Masło ⁽⁷⁾		13 g	
	Kawa zbożowa ^(1,7)	250 ml	
4.05.2019 (sobota)	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku ⁽⁷⁾	250 ml
		Paszтет pieczony ^(1,3)	40 g
		Salata masłowa	20 g
		Pomidor	40 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	13 g
		Herbata owocowa	250 ml
	II. śniadanie	Kiwi	1 szt
		Cukierki	20 g
	Obiad	Zupa kalafiorowa z kaszą jaglaną ^(7,9)	300 ml
		Zapiekanka mięsno-warzywna	150 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Serek homogenizowany ⁽⁷⁾	1 szt
	Kolacja	Wędlna drobiowa	60 g
		Rzodkiewka	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	13 g
		Herbata	250 ml

5.05.2019 (niedziela)	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku ^(1,7)	250 ml
		Polędwica sopocka	60 g
		Roszonka	20 g
		Papryka czerwona	20 g
		Pieczycwo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	13 g
	II. śniadanie	Herbata	250 ml
		Kiwi	1 szt
	Obiad	Cukierki	20 g
		Zupa pomidorowa z ryżem ^(7,9)	300 ml
		Filet z kurczaka w sosie szpinakowym ^(1,7)	200 g
		Ziemniaki puree ⁽⁷⁾	130 g
		Surówka z czerwonej kapusty	80 g
	Podwieczorek	Kompot	250 ml
		Jogurt owocowy ⁽⁷⁾	1 szt
	Kolacja	Pasta sardynkowa ^(4,7)	45 g
		Roszonka	20 g
		Pomidor	40 g
		Pieczycwo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	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 gorczyca.
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 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,

UWAGA!

Kuchnia zastrzega sobie prawo do dokonywania zmian w jadłospisie.