



## Na tydzień 6.05-12.05.2019

Data	Posiłek		Gramatura
6.05.2019 (poniedziałek)	śniadanie	Kasza manna na mleku <sup>(1,7)</sup>	250 ml
		Wędlina drobiowa	60 g
		Sałata lodowa	20 g
		Rzodkiewka	20 g
		Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g
		Masło <sup>(7)</sup>	13 g
	II. śniadanie	Herbata owocowa	250 ml
		Sok ananasowy	130 ml
	Obiad	Zupa z kalarepy z makaronem <sup>(1,7,9)</sup>	300 ml
		Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym <sup>(1,3)</sup>	80 g
		Ziemniaki puree <sup>(7)</sup>	130 g
		Surówka z marchwi i selera <sup>(9)</sup>	80 g
	Podwieczorek	Kompot	250 ml
		Koktajl malinowy <sup>(7)</sup>	150 ml
	Kolacja	Pasta słonecznikowa <sup>(7)</sup>	45 g
		Sałata lodowa	20 g
Ogórek zielony		20 g	
Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>		80 g	
Masło <sup>(7)</sup>		13 g	
7.05.2019 (wtorek)	Śniadanie	Herbata	250 ml
		Płatki jaglane na mleku <sup>(7)</sup>	250 ml
		Ser kanapkowy „Bieluch” <sup>(7)</sup>	40 g
		Sałata masłowa	20 g
		Papryka czerwona	20 g
		Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g
	II. śniadanie	Masło <sup>(7)</sup>	13 g
		Kawa zbożowa <sup>(1,7)</sup>	250 ml
	Obiad	Sok jabłkowy	130 ml
		Rosół z ryżem <sup>(7,9)</sup>	300 ml
		Podudzia pieczone z kurczaka	130 g
		Ziemniaki puree <sup>(7)</sup>	130 g
	Podwieczorek	Surówka z kapusty białej, marchwi i jabłka <sup>(3,7)</sup>	80 g
		Kompot	250 ml
	Kolacja	Banana	1 szt
		Dżem	45 g
Miód		20 g	
Rogale maślane <sup>(1)</sup>		80 g	
Masło <sup>(7)</sup>		13 g	
Kakao <sup>(7)</sup>	250 ml		

<b>8.05.2019</b> <b>(środa)</b>	<b>Śniadanie</b>	Płatki ryżowe na mleku <sup>(7)</sup>	250 ml
		Ser Rolada gżyzcka <sup>***(7)</sup>	20 g
		Roszonka	20 g
		Pomidor	40 g
		Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g
		Masło <sup>(7)</sup>	13 g
		Herbata	250 ml
	<b>II. śniadanie</b>	Sok „Dr Witt”	130 ml
	<b>Obiad</b>	Zupa koperkowa z ziemniakami <sup>(7,9)</sup>	300 ml
		Makaron ze szpinakiem i kurczakiem <sup>(1,7)</sup>	250 g
		Kompot	250 ml
	<b>Podwieczorek</b>	Baton „Góralki” <sup>(1,3,7,8)</sup>	1 szt
	<b>Kolacja</b>	Wędlna wieprzowa	60 g
		Roszonka	20 g
Rzodkiewka		20 g	
Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>		80 g	
Masło <sup>(7)</sup>		13 g	
Herbata owocowa		250 ml	
<b>9.05.2019</b> <b>(czwartek)</b>	<b>Śniadanie</b>	Płatki owsiane na mleku <sup>(1,7)</sup>	250 ml
		Kiełbasa krakowska	40 g
		Salata lodowa	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 „Vita-mini”	130 ml
	<b>Obiad</b>	Zupa brokułowa z ziemniakami <sup>(7,9)</sup>	300 ml
		Ryż zapiekany z jabłkami <sup>(7)</sup>	250 g
		Kompot	250 ml
	<b>Podwieczorek</b>	Jogurt „BIO” <sup>(7)</sup>	1 szt
	<b>Kolacja</b>	Pasta łososiowa <sup>(4,7)</sup>	45 g
		Salata lodowa	20 g
Papryka czerwona		20 g	
Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>		80 g	
Masło <sup>(7)</sup>		13 g	
Herbata		250 ml	

10.05.2019 (piątek)	Śniadanie	Kasza manna na mleku <sup>(1,7)</sup>	250 ml
		Wędlina wieprzowa	60 g
		Mix sałat (radicchio, roszponka, indivia)	20 g
		Rzodkiewka	20 g
		Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g
		Masło <sup>(7)</sup>	13 g
		Herbata	250 ml
	II. śniadanie	Sok bananowy	130 ml
	Obiad	Zupa z zielonego groszku z makaronem <sup>(1,7,9)</sup>	300 ml
		Filet z dorsza 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	Pasta twarogowo-szpinakowa <sup>(7)</sup>	45 g	
	Pomidor	40 g	
	Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g	
	Masło <sup>(7)</sup>	13 g	
	Herbata owocowa	250 ml	
11.05.2019 (sobota)	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku <sup>(7)</sup>	250 ml
		Ser „Mój ulubiony” <sup>(7)</sup>	40 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	Jabłko	1 szt
		Cukierki	20 g
	Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami <sup>(7,9)</sup>	300 ml
		Kaszotto z kurczakiem, marchewką i kukurydzą <sup>(1)</sup>	250 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Jogurt owocowy <sup>(7)</sup>	1 szt
	Kolacja	Wędlina drobiowa	60 g
		Roszponka	20 g
		Ogórek zielony	20 g
		Pieczywo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g
Masło <sup>(7)</sup>		13 g	
Herbata		250 ml	

<b>12.05.2019 (niedziela)</b>	<b>Śniadanie</b>	Płatki ryżowe na mleku <sup>(7)</sup>	250 ml
		Ser Caprese <sup>(7)</sup>	60 g
		Salata lodowa	20 g
		Pomidor	40 g
		Pieczycwo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g
		Masło <sup>(7)</sup>	13 g
		Herbata owocowa	250 ml
	<b>II. śniadanie</b>	Jabłko	1 szt
		Cukierki	20 g
	<b>Obiad</b>	Krupnik z kaszą jęczmienną <sup>(1,7,9)</sup>	300 ml
		Gulasz wieprzowy <sup>(1,7)</sup>	150 g
		Ziemniaki puree <sup>(7)</sup>	130 g
		Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i papryki	80 g
		Kompot	250 ml
	<b>Podwieczorek</b>	Serek homogenizowany <sup>(7)</sup>	1 szt
	<b>Kolacja</b>	Pasta twarogowo-rzodkiewkowa <sup>(7)</sup>	45 g
		Salata lodowa	20 g
		Pieczycwo mieszane <sup>(1)</sup>	80 g
		Masło <sup>(7)</sup>	13 g
Herbata		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 muskatołowa, 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.**