



Na tydzień 9.03-15.03.2020

Data	Posiłek		Gramatura
9.03.2020 (Poniedziałek)	Śniadanie	Kasza manna na mleku ^(1,7)	250 ml
		Wędlina drobiowa	60 g
		Pomidor	40 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	13 g
		Herbata owocowa	250 ml
	II. Śniadanie	Sok ananasowy	130 ml
	Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami ^(7,9)	300 ml
		Kluski leniwe na słodko z sosem owocowym ^(1,3,7)	300 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Banan	1 szt.
	Kolacja	Pasta sardynkowa ^(4,7)	45 g
		Ogórek zielony	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
Masło ⁽⁷⁾		13 g	
Herbata		250 ml	
10.03.2019 (Wtorek)	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku ⁽⁷⁾	250 ml
		Ser kanapkowy „Bieluch” ⁽⁷⁾	45 g
		Papryka czerwona	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	13 g
		Herbata	250 ml
	II. Śniadanie	Sok „Vita-mini”	130 ml
	Obiad	Zupa krem z kukurydzy z ryżem ^(7,9)	300 ml
		Gulasz wieprzowy ⁽¹⁾	150 g
		Ziemniaki puree ⁽⁷⁾	130 g
		Surówka z czerwonej kapusty	80 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Koktajl truskawkowy ⁽⁷⁾	150 ml
	Kolacja	Pasta jajeczna ^(3,7)	45 g
Mix sałat (radicchio, rozspanka, indivia)		20 g	
Rzodkiewka		20 g	
Pieczywo mieszane ⁽¹⁾		80 g	
Masło ⁽⁷⁾		13 g	
Herbata owocowa		250 ml	

11.03.2020 (Środa)	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku ⁽⁷⁾	250 ml
		Wędlina wieprzowa	60 g
		Mix sałat (radicchio, roszponka, indivia)	20 g
		Ogórek zielony	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	13 g
		Herbata owocowa	250 ml
	II. Śniadanie	Sok bananowy	130 ml
	Obiad	Rosół z makaronem ^(1,9)	300 ml
		Kotlet z kalafiora i kaszy jaglanej ^(1,3)	100 g
		Ziemniaki puree ⁽⁷⁾	130 g
		Marchew z groszkiem na gęsto ^(1,7)	100
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Baton „Milky Way” ^(3,7)	1 szt.
Kolacja	Pasta twarogowo-ziółowa ⁽⁷⁾	45 g	
	Pomidor	40 g	
	Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g	
	Masło ⁽⁷⁾	13 g	
	Herbata	250 ml	
12.03.2020 (Czwartek)	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku ^(1,7)	250 ml
		Paszтет pieczony ^(1,3)	40 g
		Rzodkiewka	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	13 g
		Herbata	250 ml
	II. Śniadanie	Kiwi	1 szt.
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami ^(7,9)	300 ml
		Kaszotto z kurczakiem, marchewką i kukurydzą ⁽¹⁾	250 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Jogurt „BIO” ⁽⁷⁾	1 szt.
	Kolacja	Ser włoski ⁽⁷⁾	45 g
		Roszponka	20 g
		Papryka czerwona	20 g
Pieczywo mieszane ⁽¹⁾		80 g	
Masło ⁽⁷⁾		13 g	
Kawa zbożowa ^(1,7)		250 ml	

13.03.2020 (Piątek)	Śniadanie	Kasza manna na mleku ^(1,7)	250 ml
		Wędlina drobiowa	60 g
		Roszpinka	20 g
		Pomidor	40 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	13 g
		Herbata owocowa	250 ml
	II. Śniadanie	Sok „Dr Witt”	130 ml
	Obiad	Zupa koperkowa z kaszą jaglaną ^(7,9)	300 ml
		Filet z dorsza opiekany z sosem koperkowym ^(1,4,7)	100 g
		Ziemniaki puree ⁽⁷⁾	130 g
		Surówka z kapusty kiszanej, marchwi i jabłka	80 g
	Podwieczorek	Kompot	250 ml
		Budyń ⁽⁷⁾	150 g
Kolacja	Pasta słonecznikowa ⁽⁷⁾	45 g	
	Ogórek zielony	20 g	
	Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g	
	Masło ⁽⁷⁾	13 g	
	Herbata	250 ml	
14.03.2020 (Sobota)	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku ⁽⁷⁾	250 ml
		Kiełbasa krakowska	40 g
		Papryka czerwona	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	13 g
		Herbata	250 ml
	II. Śniadanie	Jabłko	1 szt.
		Cukierki	20 g
	Obiad	Zupa ziemniaczana ^(7,9)	300 ml
		Curry z kurczaka ⁽⁷⁾	200 g
		Ryż biały	130 g
		Surówka z marchwi i selera ⁽⁹⁾	80 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Jogurt owocowy ⁽⁷⁾	1 szt.
	Kolacja	Pasta twarogowo-pomidorowa ⁽⁷⁾	45 g
		Salata lodowa	20 g
		Rzodkiewka	20 g
Pieczywo mieszane ⁽¹⁾		80 g	
Masło ⁽⁷⁾		13 g	
Herbata owocowa		250 ml	

15.03.2020 (Niedziela)	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku ⁽⁷⁾	250 ml
		Ser Caprese ⁽⁷⁾	60 g
		Sałata lodowa	20 g
		Ogórek zielony	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	13 g
		Kawa zbożowa ^(1,7)	250 ml
	II. Śniadanie	Jabłko	1 szt.
		Cukierki	20 g
	Obiad	Krupnik z kaszą jęczmienną ^(1,7,9)	300 ml
		Polędwiczki wieprzowe w sosie własnym ⁽¹⁾	80 g
		Ziemniaki puree ⁽⁷⁾	130 g
		Sałatka z brokułu i pora ^(3,7)	80 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Serek homogenizowany ⁽⁷⁾	1 szt.
	Kolacja	Pasta łośosiowa ^(4,7)	45 g
		Pomidor	40 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	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 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.