



Na tydzień 21.03-27.03.2022

Data	Posiłek	Gramatura	
21.03.2022 (Poniedziałek)	Śniadanie	Kasza manna na mleku ^(1,7)	250 ml
		Ser żółty plastry ⁽⁷⁾	60 g
		Mix sałat (radicchio, rozszponka, indivia)	20 g
		Ogórek zielony	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	8 g
	II. Śniadanie	Herbata owocowa	250 ml
		Sok pomarańczowy	130 ml
		Chrupki kukurydziane	10 g
	Obiad	Zupa z kalarepy z ziemniakami ^(7,9)	300 ml
		<i>Dieta o zmienionej konsystencji: zupa krem jajeczno-warzywna^(1,3,7,9)</i>	300 ml
		Ryż z sosem truskawkowym ⁽⁷⁾	250 g
	Podwieczorek	Kompot	250 ml
		Mango	100 g
	Kolacja	Wędlina drobiowa	60 g
Pomidor		40 g	
Pieczywo mieszane ⁽¹⁾		80 g	
Masło ⁽⁷⁾		8 g	
Herbata		250 ml	
22.03.2022 (Wtorek)	Śniadanie	Kasza manna na mleku ^(1,7)	250 ml
		Wędlina wieprzowa	60 g
		Rzodkiewka	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	8 g
		Herbata	250 ml
	II. Śniadanie	Sok owocowo-marchwiowy	130 ml
		winogrono	100 g
	Obiad	Zupa krem z groszku z kaszą kuskus ^(1,7,9)	300 ml
		<i>Dieta o zmienionej konsystencji: zupa krem mięsno-warzywna^(1,7,9)</i>	300 ml
		Ryba duszona w jarzynach ^(4,9)	180 g
		Ziemniaki puree ⁽⁷⁾	130 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Jogurt „BIO” ⁽⁷⁾	1 szt.
	Kolacja	Hummus z ciecioriki ⁽⁷⁾	45 g
Papryka żółta		20 g	
Pieczywo mieszane ⁽¹⁾		80 g	
Masło ⁽⁷⁾		8 g	
	Herbata owocowa	250 ml	

23.03.2022 (Środa)	Śniadanie	Kasza manna na mleku ^(1,7)	250 ml
		Ser Caprese ⁽⁷⁾	60 g
		Pomidor	40 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	8 g
		Kawa zbożowa ^(1,7)	250 ml
	II. Śniadanie	Sok „Dr Witt”	130 ml
		Nektarynka	1 szt.
	Obiad	Żurek z ziemniakami ^(7,9)	300 ml
		<i>Dieta o zmienionej konsystencji: zupa krem jajeczno-warzywna^(1,3,7,9)</i>	300 ml
		Krokiety ziemniaczane z sosen pieczarkowym ^(1,3)	230 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Smoothie z jabłka, banana i szpinaku	150 ml
	Kolacja	Kiełbasa krakowska	40 g
Salata lodowa		20 g	
Ogórek zielony		20 g	
Pieczywo mieszane ⁽¹⁾		80 g	
Masło ⁽⁷⁾		8 g	
Herbata		250 ml	
24.03.2022 (Czwartek)	Śniadanie	Kasza manna na mleku ^(1,7)	250 ml
		Ser „Arla” ⁽⁷⁾	45 g
		Salata lodowa	20 g
		Papryka czerwona	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	8 g
	II. śniadanie	Herbata owocowa	250 ml
		Sok jabłkowy	130 ml
		Ananas	160 g
	Obiad	Zupa pomidorowa z kaszą jaglaną ^(7,9)	300 ml
		<i>Dieta o zmienionej konsystencji: zupa krem mięsno-warzywna^(1,7,9)</i>	300 ml
		Bitki schabowe w sosie własnym ⁽¹⁾	80 g
		Ziemniaki puree ⁽⁷⁾	130 g
		Salatka z brokułu i pora ^(3,7)	80 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Koktajl malinowy ⁽⁷⁾	150 g
	Kolacja	Pasta sardynkowa	45 g
		Rzodkiewka	20 g
Pieczywo mieszane ⁽¹⁾		80 g	
Masło ⁽⁷⁾		8 g	
Herbata		250 ml	

25.03.2022 (Piątek)	Śniadanie	Kasza manna na mleku ^(1,7)	250 ml
		Wędlina drobiowa	60 g
		Ogórek zielony	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	8 g
		Herbata	250 ml
	II. Śniadanie	Sok bananowy	130 ml
	Obiad	Krupnik z kaszą jęczmienną ^(1,7,9)	300 ml
		<i>Dieta o zmienionej konsystencji: zupa krem mięsno-warzywna^(1,7,9)</i>	300 ml
		Filet z kurczaka w sosie własnym ⁽¹⁾	80 g
		Ziemniaki puree ⁽⁷⁾	130 g
		Surówka z białej kapusty, marchwi i jabłka ^(3,7)	80 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Budyń ⁽⁷⁾	150 g
	Kolacja	Ser „Twój Smak” Piątnica ⁽⁷⁾	45 g
		Salata masłowa	20 g
Pomidor		40 g	
Pieczywo mieszane ⁽¹⁾		80 g	
Masło ⁽⁷⁾		8 g	
Herbata owocowa		250 ml	
26.03.2022 (Sobota)	Śniadanie	Kasza manna na mleku ^(1,7)	250 ml
		Ser „Almette” ⁽⁷⁾	45 g
		Salata masłowa	20 g
		Rzodkiewka	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	8 g
	Herbata owocowa	250 ml	
	II. Śniadanie	Mandarynki	100 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami ^(7,9)	300 ml
		<i>Dieta o zmienionej konsystencji: zupa krem mięsno-warzywna^(1,7,9)</i>	300 ml
		Zapiekanka mięsno-warzywna	150 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Jogurt owocowy ⁽⁷⁾	1 szt.
	Kolacja	Pasta słonecznikowa ⁽⁷⁾	45 g
		Papryka żółta	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
Masło ⁽⁷⁾		8 g	
Herbata	250 ml		

27.03.2022 (Niedziela)	Śniadanie	Kasza manna na mleku ^(1,7)	250 ml
		Wędlina wieprzowa	40 g
		Pomidor	40 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
		Masło ⁽⁷⁾	8 g
		Herbata	250 ml
	II. Śniadanie	Mandarynki	100 g
	Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem ^(1,7,9)	300 ml
		<i>Dieta o zmienionej konsystencji: zupa krem mięsno-warzywna^(1,7,9)</i>	300 ml
		Potrąwka z udek z kurczaka ⁽¹⁾	150 g
		Ziemniaki puree ⁽⁷⁾	130 g
		Buraczki	80 g
		Kompot	250 ml
	Podwieczorek	Serek homogenizowany ⁽⁷⁾	1 szt.
	Kolacja	Ser „Łaciaty” ⁽⁷⁾	40 g
		Mix sałat (radicchio, roszponka, indivia)	20 g
		Ogórek zielony	20 g
		Pieczywo mieszane ⁽¹⁾	80 g
Masło ⁽⁷⁾		8 g	
Kawa zbożowa ^(1,7)		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 ziółowy, 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.