

DATA	POSIŁEK	WYKAZ SKŁADNIKÓW
19.10. 2020r. P O N I E D Z I A Ł E K	ŚNIADANIE	
	<i>Bułka wieloziarnista, pasta z awokado i sera, szpinak, pomidor, rzodkiewka, herbata z cytryną, imbirem i miodem wielokwiatowym, śliwka</i>	Bułka wieloziarnista (mąka pszenna typ 550, woda, drożdże, sól, cukier, mieszanka ziarnista); PASTA z AWOKADO i SERA: (awokado, ser twarogowy półtłusty (mleko pasteryzowane, kultury bakterii fermentacji mlekowej.), jaja , śmietana 18% (śmietana ukwaszona, substancje zagęszczające : skrobia modyfikowana, mączka chleba świętojańskiego, guma guar, pektyna)); szpinak, pomidor, rzodkiewka, <u>HERBATA CZARNA Z CYTRYNĄ IMBIREM I MIODEM</u> : (Woda, herbata czarna , cytryna, imbir, miód wielokwiatowy), śliwka
	OBIAD	
	<i>Zupa z białej kapusty z pieczonym udkiem drobiowym, makaron ze szpinakiem, filetem drobiowym, serem feta i suszonymi pomidorami, surówka: ogórek z papryką w paski, kompot truskawkowy, woda z limonką</i>	<u>ZUPA z BIAŁEJ KAPUSTY z PIECZONYM UDKIEM</u> : (Woda, ziemniaki, kapusta biała, pomidory, marchew, pietruszka, por, seler , masło klarowane , zielona pietruszka, koper, sól, pieprz, rozmaryn, lubczyk, ziele angielskie, liść laurowy; <u>pieczone udo indycze: ŚMIETANA 18%: (śmietana</u> ukwaszona, substancje zagęszczające : skrobia modyfikowana, mączka chleba świętojańskiego, guma guar, pektyna)); <u>Makaron ze szpinakiem i serem feta</u> : (makaron z pszenicy durum , szpinak mrożony, śmietana 22% (śmietanka pasteryzowana , skrobia kukurydziana, żelatyna wieprzowa, kultury bakterii mlekowych), ser feta (mleko pasteryzowane , chlorek wapnia, podpuszczka mikrobiologiczna, bakteria fermentacji mlekowej), cebula, czosnek świeży, masło klarowane , sól, pieprz, rozmaryn, koper suszony, zielona pietruszka. pomidory suszone w oleju(olej rzepakowy, pomidory suszone 30%, woda czosnek kapary, sól przyprawy, regulator kwasowości (kwas cytrynowy i octowy)); ogórek, papryka, kompot : woda, truskawki; woda, limonka
	PODWIECZOREK	
<i>Gofry razowe z pieczonym jabłkiem, koktajl bananowy</i>	<u>Gofry z pieczonym jabłkiem</u> : (Mleko pasteryzowane 2% , woda mineralna gazowana, mąka pszenna typ 500 , mąka orkiszowa pełnoziarnista , jaja , olej słonecznikowy, proszek do pieczenia, zmielona laska wanilii,) jabłka; <u>Koktajl bananowy</u> : (banan, Jogurt naturalny: mleko , mleko w proszku odtłuszczone, białka mleka , żywe kultury bakterii);	
20.10. 2020r. W T O R E K	ŚNIADANIE	
	<i>Chleb słonecznikowy, pasta z kiełbasy wiejskiej i jaj, pomidor, ogórek, papryka kolorowa, szczypiorek, kawa inka na mleku, herbata z cytryną, imbirem i miodem wielokwiatowym, banan</i>	<u>Chleb słonecznikowy</u> (woda, mąka żytnia typu 2000, mąka żytnia typu 720, mąka pszenna 750, woda, sól, drożdże, ziarna w zmiennej ilości); <u>PASTA Z KIEŁBASĄ WIEJSKĄ I jaj</u> : kiełbasa wiejska (mięso wieprzowe, tłuszcz wieprzowy, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz), jaja , Jogurt naturalny: mleko , mleko w proszku odtłuszczone, białka mleka , żywe kultury bakterii); pomidor, ogórek, papryka kolorowa, szczypiorek, <u>KAWA INKA</u> : (mleko pasteryzowane 2%, kawa (cykoria, żyto , burak cukrowy), miód wielokwiatowy); <u>HERBATA CZARNA Z CYTRYNĄ IMBIREM I MIODEM</u> : (Woda, herbata czarna , cytryna, imbir, miód wielokwiatowy), banan
	OBIAD	
	<i>Zupa brokułowa z makaronem, pieczony kotlet drobiowy w panierce, ziemniaki, 1.surówka : sałata lodowa z ogórkiem i pomidorkami koktajlowymi z sosem winegret, 2. surówka: marchewka z żurawiną i jogurtem naturalnym, Kompot wieloowocowy, woda z limonką</i>	<u>ZUPA BROKUŁOWA Z makaronem</u> : woda, brokuł, marchew, pietruszka, por, seler , śmietana 18%: (śmietana ukwaszona, substancje zagęszczające : skrobia modyfikowana, mączka chleba świętojańskiego, guma guar, pektyna)), pietruszka zielona, koper, sól, pieprz, czosnek granulowany, papryka ostra, rozmaryn, cząber), makaron z pszenicy durum , <u>Pieczony kotlet drobiowy</u> :(filet z indyka, jaja , sól, pieprz, papryka mielona , bułka tarta (mąka pszenna typ 500 , drożdże, mąka żytnia , sól, skrobia ziemniaczana , gluten), olej rzepakowy) Surówka: sałata lodowa, roszponka, pomidorki koktajlowe , sos winegret(woda, oliwa z oliwek, sok z cytryny, sól, pieprz, czosnek); surówka: marchew, żurawina, Jogurt naturalny: mleko , mleko w proszku odtłuszczone, białka mleka , żywe kultury bakterii); <u>kompot owocowy</u> (woda, MIESZANKA KOMPOTOWA: owoce w zmiennych proporcjach: śliwki bez pestek, wiśnie bez pestek, truskawki, czerwone porzeczki), woda limonka
PODWIECZOREK		
<i>Kasza manna z musem malinowym, gruszka</i>	KASZA MANNA na MLEKU: mleko pasteryzowane 2% , kasza manna pszenna , mus: malinowy, gruszka	

21.10. 2020r.	ŚNIADANIE	
	<i>Chleb razowy, pasztet z kurczaka pieczonego i warzyw, ogórek, kiełki rzodkiewki, papryka kolorowa, kakao, herbata z cytryną, miodem wielokwiatowym i imbirem, melon</i>	<u>Chleb razowy</u> (mąka pszenna typu 750, mąka żytnia typu 720, woda, sól, drożdże); <u>PASZTET Z KURCZAKA PIECZONEGO I WARZYW</u> : mięso drobiowe, marchew, pietruszka, papryka kolorowa, por, seler , cebula, sól, pieprz, czosnek granulowany, papryka słodka mielona, papryka ostra, czosnek niedźwiedzi, bazylia, olej rzepakowy); ogórek, kiełki rzodkiewki, papryka kolorowa ; kakao: (mleko pasteryzowane 2% , kakao naturalne 100%) ; <u>HERBATA CZARNA Z CYTRYNĄ IMBIREM I MIODEM</u> : (Woda, herbata czarna , cytryna, imbir, miód wielokwiatowy); melon
	OBIAD	
	<i>Zupa koperkowa z zacierką, kopytka z sosem pieczarkowym , surówka: mix warzyw na parze, napój pomarańczowy, woda z limonką</i>	ZUPA koperkowa z zacierką: woda, koperek zielony, marchew, pietruszka, por, seler, seler naciowy, <u>ŚMIETANA 18%</u> : śmietana ukwaszona, substancje zagęszczające : skrobia modyfikowana, mączka chleba świętojańskiego, guma guar, pektyna) zielona pietruszka, sól, pieprz, papryka ostra, bazylia, rozmaryn, ziele angielskie, liść laurowy, makaron zacierka z pszenicy durum; <u>KOPYTKA</u> : (ziemniaki gotowane, mąka pszenna typ 500, mąka orkiszowa pełnoziarnista, mąka żytnia razowa, mąka ziemniaczana, jaja, sól jodowana), <u>SOS PIECZARKOWY</u> : (pieczarki, woda, cebula, śmietana 18% (śmietana ukwaszona, substancje zagęszczające : skrobia modyfikowana, mączka chleba świętojańskiego, guma guar, pektyna), siemię lniane, masło klarowane , zielona pietruszka, sól, pieprz biały mielony, rozmaryn, cząber, suszona marchew, suszona, pietruszka), napój : woda , sok pomarańczowy 100%; woda , limonka
	PODWIECZOREK	
<i>Pizzerinki z filetem drobiowym, oliwkami , pomidorkami koktajlowymi posypane żółtym serem , herbata owocowa- żurawinowa</i>	<u>PIZZERINKI Z FILETEM DROBIOWYM I SEREM ŻÓŁTYM</u> : ciasto (mąka pszenna typ 500, mleko pasteryzowane 3,2% , drożdże, olej słonecznikowy, sól, drożdże, cukier), farsz (mięso drobiowe, cebula, czosnek, sól, pieprz czarny, papryka ostra, olej rzepakowy, ser żółty (mleko pasteryzowane, sól, chlorek wapnia, azotan potasu, podpuszcza, kultury bakterii mlekowych, barwnik annato) , pesto (pomidory, świeża papryka, sól, pieprz, czarny, ostra papryka, bazylia, oregano), oliwki czarne, pomidorki koktajlowe, HERBATA ŻURAWINOWA woda, (owoce żurawiny 34%, kwiat hibiskusa, owoce aronii, jabłko, koncentrat soku z aronii, aromat, regulator kwasowości - kwas cytrynowy)	
22.10. 2020r	ŚNIADANIE	
	<i>Zupa mleczna – gryczane z suszonymi owocami, bułka pszenna, masło , dżem truskawkowy, herbata z cytryną, imbirem i miodem wielokwiatowym, arbuz</i>	<u>ZUPA MLECZNA</u> : mleko pasteryzowane 2% , płatki gryczane, wiórki kokosowe, rodzynki, suszone morele ; <u>BUŁKA PSZENNA</u> : mąka pszenna bułkowa typ 500 , woda, drożdże, cukier, sól); <u>Masło 82%</u> : (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych , barwnik β-karoten); <u>dżem</u> (,100 g owoców truskawek i czerwonych porzeczek użyto do wyprodukowania 100 g produktu, w tym 75 g truskawek i 25 g czerwonych porzeczek, zagęszczony sok jabłkowy, substancja żelująca – pektyny); <u>HERBATA CZARNA Z CYTRYNĄ IMBIREM I MIODEM</u> : (Woda, herbata czarna , cytryna, imbir, miód wielokwiatowy); arbuz
	OBIAD	
<i>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami, Pulpety wieprzowo- cielęce w sosie warzywnym z kaszą mix surówka z czerwonej kapusty z marchewką i cebulką kompot wieloowocowy, woda z cytryną</i>	<u>BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI</u> : (Woda, buraki czerwone, marchew, pietruszka korzeń, cebula, , czosnek, ŚMIETANA 18% : (śmietana ukwaszona, substancje zagęszczające : skrobia modyfikowana, mączka chleba świętojańskiego, guma guar, pektyna.), mąka żytnia , sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy) ziemniaki; <u>Pulpetywieprzowo- cielęce w sosie warzywnym</u> :(mięso- karczek, cielęcina, cebula, jaja , bułka tarta (mąka pszenna typ 500 , drożdże, mąka żytnia , sól, skrobia ziemniaczana , gluten), płatki owsiane, mleko pasteryzowane 2% , olej rzepakowy, sól, pieprz, papryka ostra; sos:(marchewka, cebula, por, pietruszka, czosnek, woda, masło klarowane , sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, kurkuma, mąka pszenna typ 500, śmietana 18% : (śmietana ukwaszona, substancje zagęszczające : skrobia modyfikowana, mączka chleba świętojańskiego, guma guar, pektyna)), kasza kuskus z pszenicy durum, kasza bulgur z pszenicy durum, kasza orkiszowa z pszenicy ; surówka (czerwona kapusta, marchew, cebula, szczypiorek, olej rzepakowy 100%, sól, pieprz, papryka mielona słodka); <u>kompot owocowy</u> (woda, MIESZANKA KOMPOTOWA: owoce w zmiennych proporcjach: śliwki bez pestek, wiśnie bez pestek, truskawki, czerwone porzeczki); woda cytryna	
C Z W A R T E K		

	PODWIECZOREK	
	<i>Muffinki mocno czekoladowe, sok owocowy, kiwi</i>	<u>Muffinki biszkoptowe:</u> (mąka pszenna typ 500 , mąka kukurydziana, jaja , cukier, proszek do pieczenia, zmielona laska wanilii, kakao naturalne 100%);sok owocowy BOBOFUT(sok jabłkowy (57%), banany (22,8%), marchew (12%), woda, witamina C); kiwi
23.10 2020r. P I A T E K	ŚNIADANIE	
	<i>Chleb pszenny, jajecznica na maśle ze szczypiorkiem, sałatka z pomidorów i cebulki, kakao, winogrono</i>	<u>Chleb pszenny</u> (mąka pszenna typ750 , mąka żytnia 720 , woda, , sól, drożdże); <u>jajecznica:</u> jaja , <u>Masło 82%:</u> (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych , barwnik β-karoten), szczypiorek); sałatka: pomidory, cebulka, <u>kakao:</u> (mleko pasteryzowane 2% , kakao naturalne 100%); winogrono
	OBIAD	
	<i>Zupa ryżowa z kalafiozem , Ryba po grecku, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty , kompot owocowy, woda z limonką</i>	<u>ZUPA RYŻOWA Z KALAFIOREM</u> : (woda, marchew, pietruszka, por, seler , kalafior, ryż biały długoziarnisty, cebula, czosnek, masło klarowane , sól, pieprz, bazylia, rozmaryn, ostra papryka, papryka słodka mielona, koper suszony, czosnek granulowany, liść laurowy, ziele angielskie); <u>RYBA PO GRECKU:</u> filet z miruny , marchew, pietruszka, seler , pomidory, por, cebula, olej rzepakowy, sok z cytryny, sól, pieprz, bazylia, rozmaryn, papryka ostra, papryka słodka, czosnek granulowany, koper suszony, ziele angielskie, liść laurowy.), ziemniaki; <u>SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ:</u> kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, woda, sól, sorbinian potasu), marchew, jabłko, cebula, olej rzepakowy 100%, zielona pietruszka, szczypiorek, koperek); <u>kompot owocowy</u> (woda, <u>MIESZANKA KOMPOTOWA:</u> owoce w zmiennych proporcjach: śliwki bez pestek, wiśnie bez pestek, truskawki, czerwone porzeczki); woda , limonka
	PODWIECZOREK	
	<i>Sałatka jarzynowa , bułka weka z masłem , herbata miętowa, śliwka</i>	<u>SAŁATKA JARZYNOWA:</u> (marchew, pietruszka, seler , por, ziemniaki, cebula, <u>OGÓREK KISZONY:</u> (ogórek, sól, substancja konserwująca-sorbinian potasu); groszek zielony koserwowy : (groszek zielony, woda, sól); <u>MAJONEZ</u> (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, GORCZYCA, cukier, sól, przyprawy), woda, <u>ŻÓŁTKA JAJ</u> kurzych (7,0%), szczypiorek, sól, pieprz, papryka mielona); <u>BUŁKA WEKA:</u> (mąka pszenna bułkowa typ 500 , woda, drożdże, cukier, sól); , <u>Masło 82%:</u> (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych , barwnik β-karoten) ; Herbata miętowa : liść mięty pieprzowej (Mentha piperita L.); śliwka

ALERGENY OZNACZONE SĄ POGRUBIONĄ CZCIONKĄ

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie