

DIETA NORMALNA

	ZUPA	II DANIE
Wtorek 1/10	Kalafiorowa z ziemniakami (250ml) (2,4)	Makaron z sosem bolognese (180g) Surówka cztery pory roku (70g) (1,2,3)
Środa 2/10	Krem z dyni (250ml) (4)	Ryż (100g)/ kurczak w delikatnym sosie curry (80g) / surówka z białej kapusty pekińskiej z marchewką (70g) (1,2,3)
Czwartek 3/10	Szczawiowa z jajkiem i ziemniakami (250ml) (2,4)	Ziemniaki (100g) Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (80g) Surówka z czerwonej kapusty (70g) (1,2,3)
Piątek 4/10	Brokułowa z ziemniakami (250g) (4)	Pierogi ruskie (3 szt.) surówka z kiszonej kapusty (70g) (1,2,3)
Poniedziałek 07/10	Ryżanka (250g) (4)	Kasza kus-kus (100g)/ potrawka z kurczaka po staropolsku (80g)/ fasolka szparagowa z bułką tartą (70g) (1,2,3)
Wtorek 8/10	Zacierkowa z natką pietruszki (250g) (2,4)	Ryż szafranowy(100g)/ Pieczone bioderko z kurczaka (80g)/ marchewka z groszkiem (70g) (1,2,3)
Środa 9/10	Ogórkowa z ziemniakami (250g) (1,4)	Domowe pierożki z mięsem (3szt)/ ogórek kiszony (70g) (1,2,3)
Czwartek 10/10	Kapuśniak z ziemniakami (250ml) (1,4)	Ziemniaki (100g)/ rumsztyk z cebulką (80g) / buraczki z jabłkiem (70g) (1,2,3)
Piątek 11/10	Pomidorowa z ryżem (250g) (1,4)	Makaron świderki (100g) z serem białym (80 g) z polewą wiśniową (50g) (1,2,3)
Poniedziałek 14/10	Jarzynowa z kasza kuskus (250g) (4)	Domowe kluseczki leniwe z polewą jogurtową (180g) / prażone jabłuszko z cynamonem (50g) (1,2,3)

DIETA NORMALNA

Wtorek 15/10	Krupnik z ziemniakami (250ml) (4)	Ziemniaki (100g)/ roladki drobiowe z serem żółtym i papryką (80g) / marchewka glazurowana (70g) (1,2,3)
Środa 16/10	Rosół z kury zagrodowej z makaronem (250g) (2,4)	Ryż (100g)/ Łagodne Concarne (80g) / surówka z kapusty z koperkiem(70g) (1,2,3)
Czwartek 17/10	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki (250ml) (4)	Kasza gryczana (100g)/Strogonoff z szynki (80 g) /surówka z kapusty czerwonej (70g)
Piątek 18/10	Pomidorowa z makaronem (250ml) (4)	Ziemniaki (100g)/ paluszki rybne (80g) / surówka z kiszonej kapusty (70g) (1,2,3)
Poniedziałek 21/10	Krem z marchewki z pomarańczą (250ml)	Kartacze z mięsem / surówka colesław (70g)/ (1,2,3)
Wtorek 22/10	Barszcz biały z ziemniakami (250ml) (4)	Kasza perlowa (100g)/ pulpety wieprzowe w sosie koperkowym (80g)/ marchewka z surówka colesław (70g) (1,2,3)
Środa 23/10	Zupa z fasolki szparagowej (250ml) (4)	Ziemniaki (100g)/ polędwiczki drobiowe w sosie słodko - kwaśnym (80g) surówka po chińsku(70g)
Czwartek 24/10	Barszcz czerwony z ziemniakami (250ml) (4)	Risotto z kurczakiem i warzywami (180g) (1,2,3)
Piątek 25/10	Zupa koperkowa (250ml) (4)	Makaron z serem z polewą truskawkową (180g) (1,2,3)
Poniedziałek 28/10	Ogórkowa z ryżem (250ml) (4)	Spaghetti (100g) z sosem bolognese (80g) / surówka z białej kapusty (70g) (1,2,3)

DIETA NORMALNA

Wtorek 29/10	Żurek z ziemniakami (250ml) (4)	Ziemniaki (100g) kotlet pożarski (80g) / marchewka z groszkiem (70g) (1,2,3)
Środa 30/10	Kalafiorowa z ziemniakami (250ml) (2,4)	Ryż (100g) udzik drobiowy curry (1szt)/marchewka z chrzanem (70g) (1,2,3)
Czwartek 31/10	Pomidorowa z makaronem (250ml) (2,4)	Kasza gryczana (100g) gulasz z szynki z warzywami (80g) (1,2,3)

Poniższa tabela przedstawia najczęściej spotykane alergeny pokarmowe. W celu ułatwienia dla Państwa informacji do każdego alergenu pokarmowego została przypisana cyfra porządkowa, która również została umieszczona w jadłospisie.

Alergeny pokarmowe:

1. Mleko oraz jego przetwory
2. Gluten
3. Jajka i produkty pochodne
4. Seler
5. Ryby i produkty pochodne
6. Soja

Wszelkiego rodzaju **wędliny** zgodnie z informacjami od producentów mogą zawierać śladowe ilości : **glutenu, jaj, soi, gorczycy, sezamu.**

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, kwasek cytrynowy, cukier waniliowy.

Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczycy