

<u>PONIEDZIAŁEK</u> <u>30.09.2024</u>	<u>WTOREK</u> <u>01.10.2024</u>	<u>ŚRODA</u> <u>02.10.2024</u>	<u>CZWARTEK</u> <u>03.10.2024</u>	<u>PIĄTEK</u> <u>04.10.2024</u>
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
<p>* Zupa z cukinii z ziemniakami 400-450ml (marchew, korzeń ,por ,pietruszki, <b>seler</b>, natka, koper , imbir, indyk, sól, pieprz ,ziota, ziemniaki, mleko kokos.)</p> <p>* Ryż z kurkumą z sosem z pieczarek ( mleko kokos, olej rzepak, pieczarka ,cebula) 180g-220g</p> <p>* Kotlet mielony drobiowo – warzywny 70-80g (indyk, <b>jajka</b> ,<b>mąka pszenna</b> , <b>bułka tarta</b> , bułka bezgl. olej rzepakowy ,ziota ,sól, pieprz, marchew, papryka ,cebula)</p> <p>*Surówka z kapusty pekińskiej z <b>majonezem</b>150-160g (rzodkiewka słonecznik, prażony, marchew, szczypior ,jabłko ,ziota ,sól ,czosnek , olej rzepak koperek ,pietruska natka)</p> <p>Jabłko</p> <p><i>Kompot jabłkowy porzeczka 200ml</i></p> <p>Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem wg załącznika II Dziennika Urzędowego Unii Europejskiej L 304/43</p>	<p>*Zupa krem z kalafiora z ziemniakami 400-450ml (marchewka ,korzeń pietruszki, <b>seler</b> ,por, indyk , natka, koper, sól, ziota, imbir)</p> <p>* Łazanki z kapusty mieszanej z mięsem wieprzowym 220-320g (cebula ,czosnek ,mięso łopata 40g, olej rzepakowy , sól, ziota, pieprz, kapusta kiszona, kapusta słodka ,<b>makaron pszenny</b> lub bezgl. )</p> <p>Ciasto biszkoptowe ze śliwką i kruszonką(<b>mąka pszenna</b>, cukier , cukier waniliowy, cynamon, jajka, olej rzepak, <b>masło</b>, <b>śmietana</b>, proszek do pieczenia)dieta wafelek ryżowy</p> <p><i>Kompot jabłkowy mięta 200ml</i></p>	<p>*Zupa krupnik z kaszą jaglaną 400-450ml (marchewka ,korzeń pietruszki, <b>seler</b> ,por, indyk natka, koper, sól, ziota, imbir)</p> <p>* Ziemniaki z koperkiem 180g-220g</p> <p>*Udko pieczone ( ziota, sól , przyprawy ,olej rzepak)</p> <p>* Sałata ze <b>śmietaną</b> i szczypiorkiem dieta bez śmietany150g-160g ( <b>olej rzepak</b> ,sól, cukier, śmietana, sól, cukier, ocet jabłko )</p> <p>Śliwka</p> <p><i>Kompot jabłkowy wiśnia 200ml</i></p>	<p>*Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400-450ml (marchewka ,korzeń pietruszki, <b>seler</b> ,por, natka, koper, sól, ziota, ziemniaki ,imbir, indyk, buraki ,koncentrat z buraka ,mleko kokos .cytryna)</p> <p>*Kluski śląskie z cebulą 260-310g ( mąka ziemniaczana ,ziemniaki ,olej rzepak. ziemniaki, sól, pieprz, cebula ,<b>jajka</b> , koperek)</p> <p>*Surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem i <b>majonezem</b> 150-160g(szczypior ,jabłko ,marchew ,cebulka ,natka ,olej sól, cytryna, cukier, pieprz ,ziota</p> <p>Nektarynka</p> <p><i>Kompot jabłkowy rabarbar 200ml</i></p>	<p>* Zupa koperkowa z ryżem 400-450ml (marchew, korzeń ,por ,pietruszki, <b>seler</b>, natka, koper , imbir, indyk, sól, pieprz ,ziota)</p> <p>*Ziemniaki z koperkiem 180g-200g</p> <p>*Ryba panierowana 70-80g (ryba miruna, <b>jajka</b>, <b>mąka pszenna</b> i ziemniaczana, panierka bezgl, <b>bułka tarta</b> sól ,pieprz cytrynowy, olej rzepak)</p> <p>*Surówka z marchewki jabłka i selera 150-160g (jogurt naturalny, sól, cukier ,cytryna )</p> <p>Jabłko</p> <p><i>Kompot jabłkowy mięta , herbata z sokiem 200ml</i></p>