

<u>PONIEDZIAŁEK</u> <u>21.10.2024</u>	<u>WTOREK</u> <u>22.10.2024</u>	<u>ŚRODA</u> <u>23.10.2024</u>	<u>CZWARTEK</u> <u>24.10.2024</u>	<u>PIĄTEK</u> <u>25.10.2024</u>
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
<p>*Zupa jarzynowa z ziemniakami 400-450ml -woda ,ziemniaki ,marchewka ,korzeń pietruszki, seler ,por, indyk skrzydło, groszek zielony, fasolka szparagowa, kalafior (mleko kokos.-woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar),, natka, koper, sól, zioła,</p> <p>* Makaron spaghetti pszenny z sosem mięsno-pomidorowym z ziołami i ser morski 260-320g (makaron pszenny skład mąka pszenna może zawierać soję) mięso topatka wieprzowa 50-60g (pasata pomidorowa- pomidory 99,5%-), seler ,por ,marchew, pietruszka korzeń, (mleko kokos.-woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) sól, pieprz ,imbir, cebula , zioła, czosnek, olej rzepak , koper ,natka, cukier.</p> <p>Jabłko</p> <p><i>Kompot jabłko porzeczka 200ml</i></p> <p>Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem wg załącznika II Dziennika Urzędowego Unii Europejskiej L 304/43</p>	<p>*Zupa krupnik z komosą ryżową 400-450ml -woda ,marchewka ,korzeń pietruszki, seler ,por, indyk natka, koper, sól, zioła, imbir)</p> <p>* Ziemniaki z koperkiem 180g-220g</p> <p>* Kotlet drobiowy panierowany 70-80g (filet, jajka ,mąka pszenna ,bułka tarta-mąka pszenna ,sól ,drożdże) , olej rzepakowy ,zioła ,sól, pieprz)</p> <p>*Mizeria ze śmietaną i szczypiorkiem dieta z olejem 150-160g sól, cytryna, czosnek, szczypior, pieprz ,cukier)</p> <p>Śliwka</p> <p><i>Kompot jabłkowy mięta 200ml</i></p>	<p>* Zupa ogórkowa z ziemniakami 400-450ml -woda ,ogórki kiszone marchew, seler, masło por ,natka ,koper, sól, zioła, (mleko kokos.-woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar),,indyk skrzydło, pietruszka korzeń, imbir, zioła ,sól)</p> <p>*Ryż zapiekany z jabłkiem z polewą jogurtowo cynamonową dieta bez polewy 220-320g (olej rzepak , cukier waniliowy, cukier ,sól, masło, jogurt naturalny)</p> <p><i>Sok naturalny wyrób własny</i> 180ml (marchew, burak, jabłko ,miód)</p> <p><i>Zamienniki diety:</i> *mąka bezglutenowa- skrobia pszenna bezglutenowa, skrobia kukurydziana, mąka kukurydziana, glukoza, substancja zagęszczająca: guma guar, E464; błonnik ziemniaczany, regulator kwasowości: E 575; substancja spulchniająca: węglany sodu. *makaron bezgl .mąka ryżowa/kukurydziana) *bułka bezgl tarta. -skrobia ziemniaczana, błonnik ,cukier gronowy)</p>	<p>*Zupa krem z brokuła 400-450ml -woda ,indyk skrzydło, brokuł ,marchewka ,korzeń pietruszki, seler , masło, por, ziemniaki ,natka, sól, zioła, imbir)</p> <p>*Ziemniaki z koperkiem 180g-200g</p> <p>Ryba z pieca zapiekana z fetą i szpinakiem , dieta bez sera 70-80g (ryba miruna) zioła, sól ,pieprz ziołowy, cytrynowy, olej rzepak ,cytryna ,masło, czosnek)</p> <p>*Mix sałat z olejem lnianym , ziołami i prażonym migdałem , 150-160g (mix sałat rzodkiewka, ogórek zielony ,granat, topinambur, szczypior ,olej lniany , czosnek, sól, cytryna)</p> <p>Mandarynka</p> <p><i>Kompot jabłkowy rabarbar 200ml</i></p>	<p>* Zupa grochowa z ziemniakami 400-450ml -woda, groch ,marchew, korzeń ,por ,pietruszki, seler, cebula, natka, koper , imbir, indyk skrzydło, sól, pieprz ,zioła .</p> <p>* Kasza jęczmienna lub gryczana 180g-220g</p> <p>*Gulasz wieprzowy z cukinią i papryką(indyk 40-60g ,sól, pieprz, zioła ,cebula , czosnek, seler, olej rzepak, mleczko kokos.)</p> <p>*Buraczki z jabłkiem i cebulą 150-160g(sól pieprz ,miód , cytryna, cebula ,olej lniany)</p> <p>Jabłko</p> <p><i>Kompot jabłko wiśnia 200ml</i></p>