

<u>PONIEDZIAŁEK</u> <u>10.03.2025</u>	<u>WTOREK</u> <u>11.03.2025</u>	<u>ŚRODA</u> <u>12.03.2025</u>	<u>CZWARTEK</u> <u>13.03.2025</u>	<u>PIĄTEK</u> <u>14.03.2025</u>
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
<p>Zupa krem batatów z groszkiem ptysiowym 400-450ml (-woda , ziemniaki , marchewka , korzeń pietruszki, seler , por, , mleko kokos.- (woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) groszek ptysiowy pszenowy skład – (mąka pszenna, jaja, margaryna olej rzepakowy, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, woda, sól.) natka, koper, sól, zioła , imbir)</p> <p>* Ziemniaki z koperkiem 180g-220g</p> <p>* Kotlet drobiowo -jaglany panierowany 70-80g (filet kurczaka, kasza jaglana , szpinak (bułka tarta skład -mąka pszenna , sól , drożdże) mąka pszenna, jajka , cebula , czosnek , sól , pieprz, olej rzepak, zioła)</p> <p>* Mix sałat ziołami i prażonymi pestkami dyni , 150-160g (mix sałat, seler naciowy, rzodkiewka, granat, szczypior, czosnek, olej rzepak , sól, zioła)</p> <p>Jabłko</p> <p><i>Kompot jabłko-mięta 200ml (woda ,jabłko, mięta)</i></p>	<p>*Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą 400-450ml (-woda ,buraki ,ma ziemniaki ,skrzydło indyk marchewka ,korzeń pietruszki, seler ,por, mleko kokos.- (woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar),koncentrat z buraka- (zagęszczony sok z buraków ćwikłowych (57 %) woda. cukier. sól. regulator kwasowości - kwas cytrynowy),natka, koper, sól, zioła , imbir)</p> <p>*Naleśniki z serem białym i polewa jogurtowo cynamonową 2-3 szt</p> <p>*dieta naleśniki bezgl. z jabłkiem 2-3 szt (ser biały 100g , jaja ,mąka pszenna, mleko, woda gaz. mąka bezgl.,olej rzepak , sól, cukier ,cynamon ,jogurt naturalny - mleko, jabłka , masło-mleko)</p> <p>Mandarynka</p> <p><i>Kompot jabłko wiśnia 200ml (woda ,jabłko, wiśnia)</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 ,komosa ,ziemniaki ,marchewka ,korzeń pietruszki, indyk skrzydło ,seler, por, natka, sól, zioła, imbir)</p> <p>* Ziemniaki z koperkiem 180g-220g</p> <p>*Udko pieczone z kurczaka 70-80g(udo kurczaka ,czosnek, musztarda, olej rzepak, zioła, pieprz ,sól)</p> <p>*Marchew z groszkiem duszona 150-160 g (woda, marchew, groszek zielony, masło ,cytryna, cukier , sól)</p> <p>Mandarynka</p> <p><i>Kompot jabłko rabarbar 200ml (woda ,jabłko , rabarbar)</i></p>	<p>*Zupa koperkowa z ryżem 400-450ml (-woda ,ryż ,koper, marchewka ,korzeń pietruszki, indyk skrzydło ,seler, por, sól, zioła, imbir)</p> <p>* Ziemniaki z koperkiem 180g-220g</p> <p>*Ryba panierowana 70-80g (ryba miruna , jajka, mąka pszenna ,olej rzepak ,pieprz cytrynowy, sól, zioła)</p> <p>*Surówka z kapusty pekińskiej 150-160g (kapusta pekińska ,kukurydza, seler naciowy ,marchew ,papryka ,ogórek kiszony ,szczypior majonez (- olej rzepakowy, żółtko jaja 6,0%, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (E385), regulator kwasowości kwas cytrynowy) cytryna ,sól, zioła)</p> <p>Jabłko</p> <p><i>Kompot jabłkowy 200ml (woda ,jabłko)</i></p>	<p>*Zupa grochowa z ziemniakami 400-450ml (-woda , marchew ,groch, ziemniaki , seler, korzeń pietruszki, por, skrzydło indyk, natka, koper, sól, zioła.)</p> <p>* Makaron pszenny 80g-220g</p> <p>*Gulasz wieprzowy z warzywami (łopata 40-60g papryka cebula, marchew ,kukurydza , seler, por , czosnek, seler , olej rzepak ,woda ,(mleko kokos. skład-woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) pieprz, zioła ,sól)</p> <p>*Sałatka z ogórka kiszzonego z czerwoną cebulą i granatem 150g-160g (ogórek kiszony: (woda, koper, chrzan, czosnek, sól, liść laurowy, cukier, może zawierać seler i gorczycę) cebula czerwona ,granat ,natka pietruszki pieprz, sól, miód) dr i</p> <p><i>Jabłko</i></p> <p><i>Kompot jabłko aronia 200ml (woda ,jabłko, aronia)</i></p>

Zamienniki do diety:

-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

--	--	--	--	--