

<u>PONIEDZIAŁEK</u> <u>12.01.2026</u>	<u>WTOREK</u> <u>13.01.2026</u>	<u>ŚRODA</u> <u>14.01.2026</u>	<u>CZWARTEK</u> <u>15.01.2026</u>	<u>PIĄTEK</u> <u>16.01.2026</u>
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
*Zupa pomidorowa z makaronem 400-450ml (woda , passata pomidorowa- (pomidory 99,5%-sól)makaron , marchew, seler, masło, zioła, pietruszka korzeń, mleko kokos.-(woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) por , natka , koper, imbir, zioła ,sól) *Ziemniaki z koperkiem 180g-200g *Ryba panierowana 100g (ryba miruna , jajka, mąka pszenna ,olej rzepak ,pieprz cytrynowy, sól, zioła) *MIX sałat z prażonym migdałem , seler naciowy , kukurydza ,papryka ,oliwki czarne, suszone pomidory w oleju , szczypior 150-160g (olej rzepakowy ,czosnek ,sól, cukier , cytryna, zioła) Jabłko <i>Kompot jabłko rabarbar 200ml (woda , jabłko ,rabarbar)</i> <i>Zamienniki do diety:</i> -mąka bezglutenowa-	*Zupa porowa z ziemniakami 400-450ml (woda ,por ,ziemniaki ,marchewka ,korzeń pietruszki, seler ,por, mleko kokos.-(woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) indyk-skrzydło, natka, koper, sól, zioła ,imbir) * Ryż 180g-220g *Potrawka z kurczaka z warzywami 100g (mięso z kurczaka ,groszek zielony , fasolka czerwona ,kukurydza, fasolka czerwona, cebula ,marchew , por, seler, pietruszka ,czosnek masło ,olej rzepakowy ,zioła ,sól, pieprz ,mleko kokos.- woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) *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 , natka pietruszki pieprz, sól)	*Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą czerwoną 400-450ml (-woda ,buraki ,ziemniaki ,skrzydło indyk , fasola czerwona ,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) *Kluski leniwe z masłem , bułką i cynamonem, prażone migdały 260-310g (ser biały -mleko ,mąka pszenna, kasza manna, jajka bułka tarta-mąka pszenna , sól,drożdże) jajka , masło, cukier ,cynamon , sól) * Dieta kluski śląskie ze szpinakiem i cebulką 260-310g (ziemniaki , mąka ziemniaczana ,jajka ,szpinak , cebula, olej rzepak. sól, pieprz) *Surówka z marchwi jabłka selera 150g-160g (sól, cukier, jogurt naturalny- mleko)	*Zupa krem z cebuli z serem żółtym 400-450ml(-woda , cebula, ziemniaki ,marchewka ,korzeń pietruszki, seler, masło-mleko , ser żółty- mleko ,por, natka, sól, zioła, imbir) * Ziemniaki z koperkiem 180g-220g * Kotlet schabowy panierowany 100g (jajka ,mąka pszenna , bezgl.,bułka tarta , bułka bezgl. olej rzepakowy ,zioła ,sól, pieprz) *Buraczki zasmażane 150-160g (buraki, cebula , czosnek , olej rzepak, mąka pszenna lub bezglutenowa śmietana- mleko, zioła ,sól, pieprz) Mandarynka <i>Kompot jabłko rabarbar 200ml (woda ,jabłko ,rabarbar)</i>	*Zupa krupnik z komosy 400-450ml(-woda , komosa ryżowa ,ziemniaki ,marchewka ,korzeń pietruszki, seler, indyk -skrzydło , por, natka, sól, zioła, imbir) *Ziemniaki z koperkiem 180g-200g *Fasolka po bretońsku 260-320g (fasola biała ,passata pomidorowa - (pomidory 99,5%-sól) łopatka 40-60g,cebula , czosnek, seler, olej rzepakowy ,mleko kokos.-(woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar), sól, pieprz, zioła Jabłko <i>Kompot jabłko mięta 200ml (woda ,jabłko ,mięta)</i>

skrobia pszenna bezglutenowa, skrobia kukurydziana, mąka kukurydziana, glukoza, substancja zagęszczająca: guma guar, E464; błonnik ziemniaczany, regulator kwasowości: E 55; substancja spulchniająca: węglany sodu. -makaron bezgl .mąka ryżowa/kukurydziana) - bułka bezgl tarta. -skrobia ziemniaczana, błonnik ,cukier gronowy Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem wg załącznika II Dziennika Urzędowego Unii Europejskiej L 304/43	Mandarynka <i>Kompot jabłko marchew 200ml</i> (woda ,jabłko, marchew)	Jabłko <i>Kompot jabłko wiśnia 200ml</i> (woda ,jabłko, wiśnia)		
--	--	--	--	--