

<u>PONIEDZIAŁEK</u> <u>19.01.2026</u>	<u>WTOREK</u> <u>20.01.2026</u>	<u>ŚRODA</u> <u>21.01.2026</u>	<u>CZWARTEK</u> <u>22.01.2026</u>	<u>PIĄTEK</u> <u>23.01.2026</u>
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
* Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400-450ml marchew, ziemniaki , kalafior , korzeń pietruszki, por, seler, mleko kokos.-(woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar)indyk -skrzydło, natka, koper , imbir, sól, pieprz , zioła) * Ziemniaki z koperkiem 180g-220g *Gulasz wieprzowy z warzywami (łopatką wieprzową 70-80g cukinia , pieczarka, cebula , ogórek kiszony: (woda, koper, chrzan, czosnek, sól, liść lauowy, cukier, może zawierać seler i gorczycę), cebula , por, seler, czosnek, olej rzepak, mleczko koko (-woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) musztarda nasiona gorczycy (białej, brązowej lub sarepskiej) oraz ocet i woda. sól, cukier, a także dodatki smakowe, np. miód, zioła, kurkuma, regulatory kwasowości (kwas cytrynowy) czy substancje zagęszczające (guma guar)olej rzepak, mąka pszenna, sól, pieprz, zioła)	*Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400-450ml (woda , kapusta biała ,ziemniaki ,marchewka , passata pomidorowa - (pomidory 99,5%-sól) por ,korzeń pietruszki, seler ,por, indyk-skrzydło, natka, koper, sól, zioła ,imbir) *Naleśniki z serem białym i polewa jogurtowo cynamonową 2-3 szt *dieta naleśniki bezgl. z dżemem wiśniowo cynamonowym 2-3 szt (ser biały 100g , cukier ,jaja ,mąka pszenna, mleko, woda gaz. mąka bezgl.,olej rzepak , sól, cukier waniliowy ,jogurt naturalny) Banan <i>Kompot jabłko aronia 200ml (woda ,jabłko ,aronia)</i>	*Zupa krem z batatów z boczkiem 400-450ml (-woda ,bataty , marchewka , korzeń pietruszki, seler, boczek , indyk skrzydło , por ,cebula, czosnek, mleko kokos.-(woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar), natka, sól, zioła, imbir) * Ryż z soczewicą i pomidorami suszonymi 180g-220g *Ryba po grecku 100g miruna marchew, seler, por ,cebula pietruszka , passata pomidorowa- (pomidory 99,5%-sól ,masło-mleko, olej rzepak, pieprz , sól , zioła, cytryna Jabłko <i>Kompot jabłko 200ml (woda ,jabłko)</i>	*Zupa krupnik z kaszą jęczmienną bezgl z gryczaną 400-450ml(-woda , kasza jęczmienna lub gryczana ,ziemniaki ,marchewka ,korzeń pietruszki, seler, indyk -skrzydło , por, natka, sól, zioła, imbir) * Ziemniaki z koperkiem 180g-220g * Kotlet drobiowy pożarski 120g (filet kurczaka ,jajka , bułka veka –(mąka pszenna, woda, drożdże, margaryna 70%: [oleje roślinne (olej palmowy, rzepakowy, kokosowy, częściowo utwardzony palmowy) w zmiennych proporcjach, woda, emulgatory (mono-i glicerydy kwasów tłuszczowych, lecytyny), regulator kwasowości (kwas cytrynowy), barwnik (annaty), sól, cukier -,bułka tarta skład –(mąka pszenna ,sól ,drożdże) mąka pszenna, jajka, majonez- o(olej rzepakowy, żółtko jaja 6,0%, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat) olej rzepak, natka pietruszki sól ,pieprz, zioła) * Marchew gotowana z groszkiem 150-160g (sól, cukier , cytryna ,masło)	* Zupa ogórkowa z ziemniakami 400-450ml(-woda ,ogórki kiszane, ziemniaki ,marchew, seler, pietruszka korzeń ,por , mleko kokos.-(woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar),indyk skrzydło, natka ,koper, sól, zioła) *Makaron pszenny zapiekany z warzywami serem mozzarella 220-320g (makaron pszenny skład- mąka pszenna może zawierać soję) filet z kurczaka 50-60g, pieczarki , brokuł, kukurydza, papryka żółta ,por, cebula ,śmietana 30% -mleko , ser—mleko ,masło-mleko , olej rzepak czosnek, sól ,pieprz, zioła. Dieta makaron bezgl. z warzywami i filetem. Jabłko <i>Kompot jabłko mięta 200ml (woda ,jabłko ,mięta)</i>

*Surówka z kapusty pekińskiej 150-160g (kapusta pekińska , papryka czerwona, marchew , kukurydza , jabłko, 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) Jabłko <i>Kompot jabłko rabarbar 200ml</i> (woda , jabłko, rabarbar) <i>Zamienniki do diety:</i> -mąka bezglutenowa- 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 rabarbar 200ml</i> (woda ,jabłko ,rabarbar)	
--	--	--	--	--

--	--	--	--	--