

		Gulasz wieprzowy Kasza jęczmienna, jaglana Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem Kompot wieloowocowy	1,7,9 9	Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Gulasz – szynka surowa zrazowa dolna, marchew, pietruszka, papryka, cebula, czosnek, mąka pszenna , olej, tymianek, majeranek, sól, papryka słodka Kasza jęczmienna Surówka – ogórek kiszony, jabłko, cebula, natka pietruszki, cukier, oliwa z oliwek, pieprz Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier Zupa - porcja rosółowa, groszek zielony, fasolka szparagowa, kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , cebula, por, koper, olej, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kminek Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszka), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy) Gulasz – szynka surowa zrazowa dolna, marchew, pietruszka, papryka, cebula, czosnek, olej, tymianek, majeranek, sól, papryka słodka Kasza jaglana Surówka – ogórek kiszony, jabłko, cebula, natka pietruszki, cukier, oliwa z oliwek, pieprz Kompot- mieszanka wieloowocowa, cukier
	Podwieczorek	Budyń waniliowy z brzoskwinią Banan		Budyń – napój owsiany, laska wanilii, brzoskwinie, mąka ziemniaczana Banan
Środa 18.10.2023 r.	Śniadanie	Kasza na mleku roślinnym Bułka z masłem roślinnym, jajko, sałata, ogórek, pomidor Herbata	1,3 3	Zupa - napój owsiany, kasza kuskus , rodzyнки Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól), masło roślinne, jaja , pomidor, sałata, ogórek Herbata czarna, cukier, cytryna Zupa- napój owsiany, kasza gryczana, rodzyнки Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, jaja , pomidor, sałata, ogórek Herbata czarna, cukier, cytryna
	Obiad	Zupa pieczarkowa, pieczywo Naleśniki z serem i musem brzoskwiniovym Kompot truskawkowy	1,3,9 3,9	Zupa - kura porcja rosółowa, mąka pszenna , marchew, olej rzepakowy, pieczarka, natka pietruszki, pietruszka, por, cebula, pieprz naturalny, seler , sól, ziemniaki, Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Naleśniki - mąka pszenna , jajka , napój owsiany, cukier, serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: laktan kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12), brzoskwinie w syropie Kompot - truskawki, cukier Zupa - kura porcja rosółowa, marchew, olej rzepakowy, pieczarka, natka pietruszki, pietruszka, por, cebula, pieprz naturalny, seler , sól, ziemniaki, Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszka), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy) Naleśniki - mąka bezglutenowa, jajka , napój migdałowy, serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: laktan kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12), brzoskwinie w syropie Kompot - truskawki, cukier

	Podwieczorek	Koktajl bananowo – truskawkowy Biszkopty/ wafle ryżowe	1	Koktajl – napój owsiany, banan, truskawki Biszkopty - mąka pszenna , masa jajowa pasteryzowana, substancja słodząca – maltitol, woda Koktajl – napój ryżowy, banan, truskawki Ryż
Czwartek 19.10.2023 r.	Śniadanie	Kawa na mleku Bułka z masłem, pasta twarogowa, szczypiorek, rzodkiewka, ogórek herbata owocowa	1	Kawa - napój owsiany, kawa inka Bułka kukurydziana (mąka pszenna , kukurydziana, słonecznik, drożdże, sól), masło roślinne, serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: lakton kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12),, rzodkiewka, ogórek, szczypiorek, sól, pieprz Herbata owocowa, cukier Kawa - napój owsiany, kawa bezglutenowa Bułka bezglutenowa (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, serek wege (woda, olej kokosowy (23%), skrobia, sól morską, regulator kwasowości: lakton kwasu glukonowego, aromaty, ekstrakt z oliwy, witamina B12),, rzodkiewka, ogórek, szczypiorek, sól, pieprz Herbata owocowa, cukier
	Obiad	Zupa zacierkowa Kotlet schabowy Ryż Marchewka duszona z migdałami Kompot z czarnej porzeczki	1,3,9	Zupa - porcja rosółowa, marchew, pietruszka, makaron zacierka (makaron (mąka pszenna durum, jaja), seler , por, natka pietruszki, cebula, ziemniaki, olej, słonina, sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe Kotlet – schab wieprzowy, jajka , olej Ryż Marchewka – marchew, migdały, masło roślinne, sól Kompot- czarna porzeczka, cukier Zupa - porcja rosółowa, marchew, pietruszka, makaron bezglutenowy, seler , por, natka pietruszki, cebula, ziemniaki, olej, słonina, sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszką), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy) Kotlet – schab wieprzowy, jajka , olej Ryż Marchewka – marchew, migdały, masło roślinne, sól Kompot- czarna porzeczka, cukier
	Podwieczorek	Ciastka Sante/ wafle ryżowe Jabłko	1	Ciastka - mąka pszenna , pełnoziarniste płatki owsiane, olej słonecznikowy, daktyl, substancje słodzące: maltitole, ksylitol; błonnik rozpuszczalny (kukurydziany), kakao o obniżonej zawartości tłuszczu 2%, substancje spulchniające: węglany sodu, węglany amonu; cynamon, aromaty, sól morską Jabłko Wafle ryżowe Jabłko
Piątek 20.10.2023 r.	Śniadanie	Ryż na mleku Bułka z masłem, pasta z zielonego groszku, ogórek, papryka, pomidor Herbata z cytryną	1	Zupa - napój owsiany, ryż Bułka grahamka (mąka żytnia , pszenna , mąka graham , drożdże, sól) masło roślinne, zielony groszek, czosnek, bazylia, cytryna, ogórek, papryka, pomidor, sól, pieprz Zupa- napój owsiany, ryż Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie- kukurydziana, ryżowa, mąki- ryżowa, kukurydziana, olej rzepakowy, pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej), masło roślinne, zielony groszek, czosnek, bazylia, cytryna, ogórek, papryka, pomidor, sól, pieprz Herbata czarna, cytryna, cukier

	Obiad	Zupa grochowa, pieczywo Paluszki rybne z dorsza Ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem Lemoniada	1,4,9	Zupa- żeberka, boczek wędzony, fasola biała, marchew, pietruszka, ziemniaki, seler , por, cebula, czosnek, mąka pszenna , olej, pieprz, sól, liść laurowy, majeranek Chleb pszenno- żytni (mąka pszenna , żytnia , kwas, drożdże, woda, sól) Paluszki rybne – dorsz , jajka , płatki kukurydziane, olej rzepakowy, sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka – kapusta pekińska, kukurydza konserwowa, ogórek zielony, koper, czosnek ,cytryna, jogurt wege (94,6% ekstrakt mięszu kokosa (woda, ekstrakt mięszu kokosa), skrobia modyfikowana, białka bobu, wegańskie kultury bakterii jogurtowych)), sól, oregano, pieprz Lemoniada- cytryny, pomarańcza, woda
			3,4,7,9	Zupa- żeberka, boczek wędzony, fasola biała, marchew, pietruszka, ziemniaki, seler , por, cebula, czosnek, olej, pieprz, sól, liść laurowy, majeranek Pieczywo bezglutenowe (woda, skrobie (kukurydziana, ryżowa), mąki (ryżowa, jaglana), olej rzepakowy, ziarna 5,4% (słonecznik, siemię lniane, czarnuszka), pasta daktylowa, substancje zagęszczające, drożdże, sól, błonnik z babki jajowatej, ekstrakt jabłkowy) Paluszki rybne – dorsz , jajka , płatki kukurydziane, olej rzepakowy, sól, pieprz Ziemniaki, koper Surówka – kapusta pekińska, kukurydza konserwowa, ogórek zielony, koper, czosnek ,cytryna, jogurt wege (94,6% ekstrakt mięszu kokosa (woda, ekstrakt mięszu kokosa), skrobia modyfikowana, białka bobu, wegańskie kultury bakterii jogurtowych)), sól, oregano, pieprz Lemoniada- cytryny, pomarańcza, woda
	Podwieczorek	Jogurt owocowy Chrupki kukurydziane	Jogurt - mleczko kokosowe 78,9% (woda, ekstrakt z kokosa), cukier, skrobia modyfikowana, owoce leśne 5% (jagoda, sok jeżynowy z zagęszczonego soku, przecier poziomkowy zagęszczonego przecieru), wapń, białka bobu, koncentrat z rzodkwi, jabłka i czarnej porzeczki, koncentrat z marchwi, zagęszczony sok cytrynowy, witaminy (D3, B12), naturalny aromat, wegańskie kultury bakterii jogurtowych. Kukurydza	

Produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zawarte w potrawach: 1- zboża zawierające gluten, 2- skorupiaki, 3- jaja, 4- ryby, 5- orzeszki ziemne, 6- soja, 7- mleko, 8- orzechy, 9- seler, 10- gorczyca, 11- sezam, 12- dwutlenek siarki i siarczyny, 13- łubin, 14- mięczaki
* jadalność może ulec zmianie