

# MENU



**poniedziałek 14.10**

śniadanie: Pieczywo mieszane pszenno-żytnie, masło, parówka drobiowa, pomidor, herbata malinowa (1,3,6,7,9)

śniadanie bez mleka i glutenu: Pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, szynka, pomidor, ogórek, herbata rooibos (3,6,9)

obiad: Zupa ogórkowa, pulpecik wieprzowy w sosie pomidorowym, kasza jęczmienna, coleslaw (1,3,6)

obiad bez mleka i glutenu: Zupa ogórkowa, pulpecik wieprzowy w sosie pomidorowym, kasza jaglana, coleslaw (3,6)

podwieczorek: Wafle ryżowe, mix świeżych owoców, kakao

podwieczorek bezmleczny: Wafle ryżowe, mix świeżych owoców, kakao bezmleczne

**wtorek 15.10**

śniadanie: Pieczywo mieszane pszenno-żytnie, masło, żółty ser, twaróg, sałata, rzodkiewka, herbata (1,3,7,9)

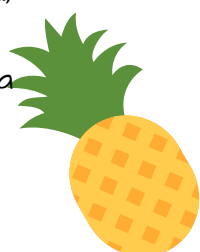
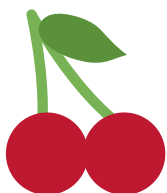
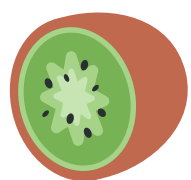
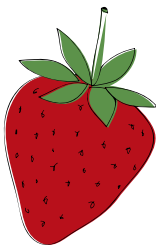
śniadanie bez mleka i glutenu: Pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, pasta warzywna, sałata, rzodkiewka, herbata (3,6,9)

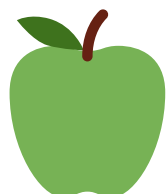
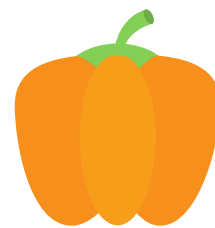
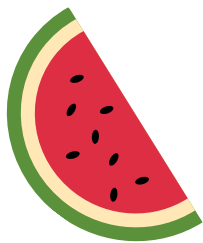
obiad: Zupa meksykańska z czerwoną fasolą, podudzie z kurczaka, puree, surówka z marchewki (1,3,7)

obiad bez mleka i glutenu: Zupa meksykańska z czerwoną fasolą, podudzie z kurczaka, puree, surówka z marchewki (1,3)

podwieczorek: jogurt naturalny z kawałkami owoców i płatkami owsianymi, herbata

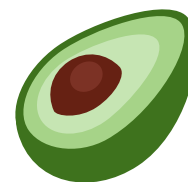
podwieczorek bezmleczny: sałatka owocowa z płatkami owocowymi, herbata





# MENU

środa 16.10



śniadanie: Płatki kukurydziane z mlekiem, pieczywo mieszane pszenno-żytnie, masło, szynka drobiowa, pomidor, herbata (1,3,6,7,9)

śniadanie bez mleka i glutenu: Płatki kukurydziane z napojem roślinnym, pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, szynka drobiowa, pomidor, herbata (3,6,9)

obiad: Rosół z makaronem, potrawka z kurczaka z warzywami, ryż, groszek gotowany (1,3,6)

obiad bez glutenu i mleka: Rosół z makaronem BG, potrawka z kurczaka z warzywami, ryż, groszek gotowany (1,3,6,9)

podwieczorek: mix świeżych owoców, herbata owocowa

podwieczorek bezmleczny: mix świeżych owoców, herbata owocowa

czwartek 17.10

śniadanie: Pieczywo mieszane pszenno-żytnie, masło, szynka, dżem owocowy, pomidor, mleko (1,3,6,7,9)

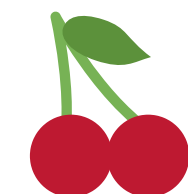
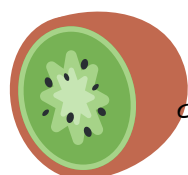
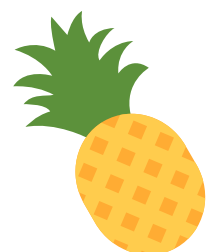
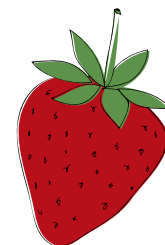
śniadanie bez glutenu i mleka: Pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, szynka, dżem owocowy, pomidor, napój roślinny (3,6,9)

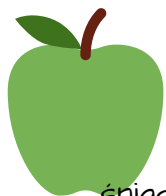
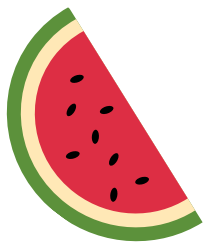
obiad: Zupa pomidorowa z ryżem, kotlecik schabowy, ziemniaki puree, kalafior i brokuł na parze (1,3,7)

obiad bez glutenu i mleka: Zupa pomidorowa z ryżem BG, kotlecik schabowy w panierce bezglutenowej, ziemniaki puree, kalafior i brokuł na parze

podwieczorek: Banan 1/2, biszkopty, kawa zbożowa z mlekiem

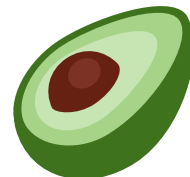
podwieczorek bezmleczny: Banan 1/2, wafle ryżowe, herbata





# MENU

## piątek 18.10



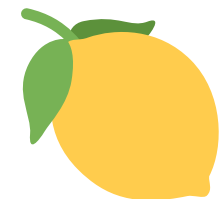
śniadanie: Pieczywo mieszane pszenno-żytnie, masło, twaróg, żółty ser, papryka, herbata rooibos (1,3,6,7,9)

śniadanie bez glutenu i mleka: Pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, szynka, papryka, herbata rooibos (3,6,9)

obiad: Zupa pieczarkowa, kotlet rybny, puree ziemniaczane, ogórek kiszony (1,3,4,6,7,9)

obiad bez glutenu i mleka: Zupa pieczarkowa, kotlet rybny w panierce BG, puree ziemniaczane, ogórek kiszony (1,3,4,6,9)

podwieczorek: Galaretka z kawałkami owoców sezonowych, herbata miętowa  
podwieczorek bezmleczny: Galaretka z kawałkami owoców sezonowych, herbata miętowa



## poniedziałek 21.10

śniadanie: Pieczywo mieszane pszenno-żytnie, masło, polędwica, ogórek, pomidor, ser żółty, herbata (1,3,7,9)

śniadanie bez glutenu i mleka: Pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, polędwica, pomidor, ogórek, herbata (3,6,9)

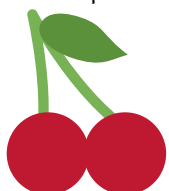
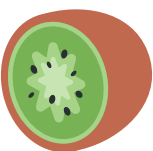
obiad: Zupa kalafiorowa, makaron z sosem bolognese i zielonym groszkiem (1,3,6,9)

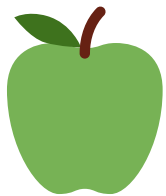
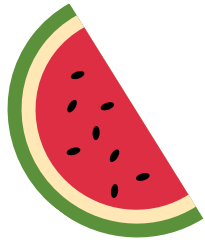
obiad bez glutenu i mleka: Zupa kalafiorowa, makaron BG z sosem bolognese i zielonym groszkiem (1,3,9)



podwieczorek: Jabłko 1/2, wafle kukurydziane, herbata owocowa

podwieczorek bezmleczny: Jabłko 1/2, wafle kukurydziane, herbata owocowa





# MENU



## wtorek 22.10

śniadanie: Pieczywo mieszane pszenno-żytnie, masło, jajko gotowane 1/2, pomidor, herbata rooibos (1,2,3,6,7,9)

śniadanie bez glutenu i mleka: Pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, jajko gotowane 1/2, pomidor, herbata rooibos (1,2,6,9)

obiad: Rosolnik z kaszą kuskus, kotlet z piersi kurczaka, puree, surówka z młodej kapusty z marchewką (1,3,6,9)

obiad bez glutenu i mleka: Rosolnik z kaszą jaglaną, kotlet z piersi kurczaka w panierce bezglutenowej, puree, surówka z młodej kapusty z marchewką (1,3,6)

podwieczorek: Banan 1/2, herbatniki, kompot owocowy

podwieczorek bezmleczny: Banan 1/2, herbatniki, kompot owocowy

## środa 23.10

śniadanie: Pieczywo mieszane pszenno-żytnie, masło, szynka, ogórek, pomidor, herbata rooibos (1,3,7,9)

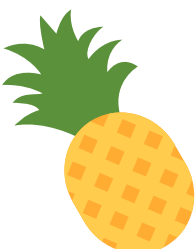
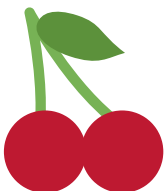
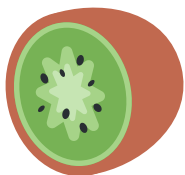
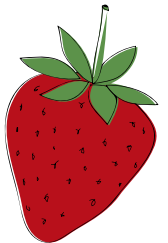
śniadanie bez glutenu i mleka: Pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, szynka, pomidor, ogórek, herbata rooibos (1,3,9)

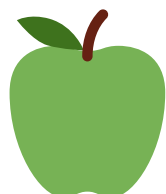
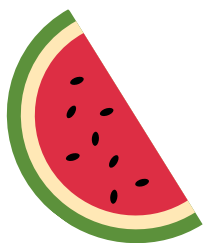
obiad: Zupa krem z dyni z grzankami, pierś z kurczaka w łagodnym sosie warzywnym, ryż jaśminowy, marchewka gotowana (1,3,7)

obiad bez glutenu i mleka: Zupa krem z dyni z grzankami, pierś z kurczaka w łagodnym sosie warzywnym, ryż jaśminowy, marchewka gotowana (1,3,6,9)

podwieczorek: Budyń z musem z owoców leśnych, herbata miętowa

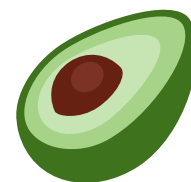
podwieczorek bezmleczny: Budyń na mleku roślinnym z musem z owoców leśnych, herbata miętowa





# MENU

## czwartek 24.10



śniadanie: Pieczywo mieszane pszenno-żytnie, masło, pasta jajeczna, szynka, sałata, kakao (1,2,3,7,9)

śniadanie bez glutenu i mleka: Pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, pasta jajeczna, szynka, sałata, kakao na napoju roślinnym (2,3,6,9)

obiad: Zupa jarzynowa z makaronem, pyzy z sosem myśliwskim z kielbasą i warzywami (warzywa dodane do sosu) (1,3,6,7,9)

obiad bez glutenu i mleka: Zupa jarzynowa z makaronem BG, sos myśliwski z warzywami, ziemniaki gotowane (1,3,9)

podwieczorek: Wafelek pszenny, mix świeżych owoców, herbata

podwieczorek bezmleczny: Wafelek ryżowy, mix świeżych owoców, herbata



## piątek 25.10

śniadanie: Płatki kukurydziane z mlekiem, pieczywo mieszane pszenno-żytnie, masło, żółty ser, pomidor, herbata rooibos (1,3,7,9)

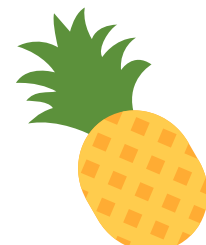
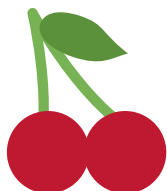
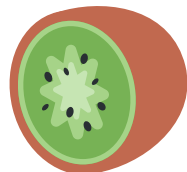
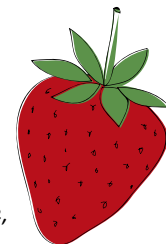
śniadanie bez glutenu i mleka: Płatki kukurydziane z napojem roślinnym, pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, szynka, pomidor, herbata rooibos (1,3,9)

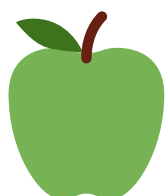
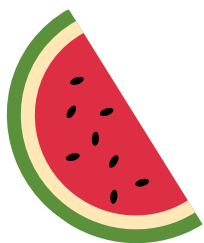
obiad: Barszcz ukraiński, racuchy drożdżowe z prażonym jabłkiem (jabłko osobno) (1,3,7,9)

obiad bez glutenu i mleka: Barszcz ukraiński, placuszki BG BM z prażonym jabłkiem (3,6,9)

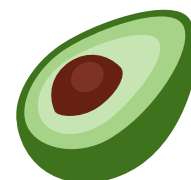
podwieczorek: Marchew w słupkach, kawa zbożowa z mlekiem

podwieczorek bezmleczny: Marchew w słupkach, kawa zbożowa z napojem roślinnym





# ALERGENY



Lista składników alergennych - załącznik II do Rozporządzenia 1169/2011

1. Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, pszenica orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne.

2. Skorupiaki i produkty pochodne.

3. Jaja i produkty pochodne.

4. Ryby i produkty pochodne.

5. Orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) i produkty pochodne.

6. Soja i produkty pochodne.

7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą).

8. Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzech pistacjowy, orzechy makadamia i produkty pochodne.

9. Seler i produkty pochodne.

10. Gorczyca i produkty pochodne.

11. Nasiona sezamu i produkty pochodne.

wutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO<sub>2</sub>.

13. Łubin i produkty pochodne.

14. Mięczaki i produkty pochodne.

Produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać gluten, mleko, jaja, soję, orzechy, seler, gorczyce.

