

Tydzień 1: 02.12.2019

Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 02.12.2019	Pieczywo mieszane wiejskie i razowe 1)z masłem 7), kurczakiem gotowanym, serem żółtym 7), kiełki, herbata z mlekiem 7).	Krupnik 9) na skrzydle z indyka kaszą jęczmienną 1) i ziemniakami.	Ryż z jabłkiem.	Banan, marchewka – słupki.
Wtorek 03.12.2019	Płatki kukurydziane z mlekiem 7), pieczywo żytnie 1)z masłem 7), szynką delikatesową z kurczaka, rzodkiewka.	Pomidorowa 9) na mięsie wieprzowym z makaronem i śmietaną 1)7).	Nuggetsy 1), puree ziemniaczane 7), surówka z selera i jabłka w śmietanie 9)7).	Jogurt naturalny 7) z owocami, częśćka gruszki.
Środa 04.12.2019	Pieczywo mieszane wiejskie i różności 1) z masłem 7), twarogiem wiejskim 7), szynką z Pasieki, ogórek świeży, kawa zbożowa z mlekiem 1)7).	Ogórkowa 9) na udkach z kurczaka z ziemniakami i śmietaną 7).	Ciecierzycza po bretońsku z kiełbasą.	Budyń 7), częśćka kiwi.
Czwartek 05.12.2019	Owsianka na mleku 1)7), pieczywo żytnie 1)z masłem 7), szynką wieprzową, papryka.	Wiejska 9) z ziemniakami i kiełbasą.	Spaghetti 1) bolognese.	Pieczywo żytnie 1) z masłem 7), serem żółtym 7), rzodkiewka, częśćka jabłka.
Piątek 06.12.2019	Pieczywo mieszane wiejskie i graham 1) z masłem 7), pastą jajeczno-serową 3)7), kiełbasą drobiową, pomidor, herbata z mlekiem 7).	Jarzynowa 9) na wywarze warzywnym z kaszą jaglaną, ziemniakami i śmietaną 7).	Kotlet z dorsza 1)4), ziemniaki z wody, surówka z kapusty kiszanej.	Ciasto marchewkowe 1), częśćka pomarańczy.

Informujemy, że potrawy przez nas przygotowywane jak i produkty gotowe, z których korzystamy zawierają lub mogą zawierać poniższe alergeny:

- 1) Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) oraz produkty pochodne.
- 2) Skorupiaki i produkty pochodne.
- 3) Jaja i produkty pochodne.
- 4) Ryby i produkty pochodne.
- 5) Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne.
- 6) Soja i produkty pochodne.
- 7) Mleko i produkty pochodne.
- 8) Orzechy.
- 9) Seler i produkty pochodne.
- 10) Gorczyca i produkty pochodne.
- 11) Nasiona sezamu i produkty pochodne.
- 12) Dwutlenek siarki oraz siarczyny.
- 13) Łubin i produkty pochodne.
- 14) Mięczaki i produkty pochodne.

*Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać **śladowe ilości alergenów**: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorzycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: Ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, pieprz czarny. **Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorzycy.**

Tydzień 2: 09-13.12.2019

Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 09.12.2019	Pieczycwo mieszane wiejskie i razowe 1) z masłem 7), szynką delikatesową z kurczaka, białym serem 7), kiełki, herbata z mlekiem 7).	Rosół 9) z kury z makaronem 1).	Potrąwka ryżowa z indykiem i warzywami w sosie śmietanowym 7).	Kisiel, mandarynka.
Wtorek 10.12.2019	Jajecznica 3), pieczywo żytnie 1)z masłem 7), szynką z Pasieki, sałata, herbata z mlekiem 7).	Kalafiorowa 9) na mięsie wieprzowym z ziemniakami i śmietaną 7).	Pierś z kurczaka w ziołach 1), puree ziemniaczane 7), surówka z marchewki i jabłka w śmietanie 7).	Kasza manna 1)7) z owocowym kleksem, cząstka gruszki.
Środa 11.12.2019	Pieczycwo mieszane wiejskie i razowe na miodzie 1)z masłem 7), szynką wieprzową, serem żółtym 7), rzodkiewka, Kakao 7).	Barszcz ukraiński 9) na udkach z kurczaka z ziemniakami i śmietaną 7).	Makaron w sosie twarogowo-jogurtowym 1)7).	Cząstka jabłka, ogórek świeży -słupki.
Czwartek 12.12.2019	Płatki kukurydziane z mlekiem 7), pieczywo żytnie 1)z masłem 7), kiełbasą drobiową, papryka.	Fasolowa 9) na udźcu z indyka z ziemniakami i śmietaną 7).	Sztuka pieczonego mięsa kasza bulgur, surówka z kapusty pekińskiej w ziołowym dresingu.	Jogurt naturalny z owocami 7), talarek ryżowy.
Piątek 13.12.2019	Bułka grahamka 1)z masłem 7), kurczakiem gotowanym, pastą z makreli i twarogu 4)7), szczypiorek, herbata z mlekiem 7).	Owocowa z kluseczkami i śmietaną 1)7).	Paluszki rybne 1)4), ziemniaki z wody, coleslow 7).	Chałka 1)3)7)z powidłami śliwkowymi, cząstka pomarańczy.

Informujemy, że potrawy przez nas przygotowywane jak i produkty gotowe, z których korzystamy zawierają lub mogą zawierać poniższe alergeny:

- 1) Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) oraz produkty pochodne.
- 2) Skorupiaki i produkty pochodne.
- 3) Jaja i produkty pochodne.
- 4) Ryby i produkty pochodne.
- 5) Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne.
- 6) Soja i produkty pochodne.
- 7) Mleko i produkty pochodne.
- 8) Orzechy.
- 9) Seler i produkty pochodne.
- 10) Gorczyca i produkty pochodne.
- 11) Nasiona sezamu i produkty pochodne.
- 12)Dwutlenek siarki oraz siarczyny.
- 13)Łubin i produkty pochodne.
- 14)Mięczaki i produkty pochodne.

*Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać **śladowe ilości alergenów**: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorzczy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:Ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, pieprz czarny.**Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorzczy.**

Tydzień 3: 16-20.12.2019

Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 16.12.2019	Pieczycwo mieszane wiejskie i rozmaitości 1) z masłem 7), szynką delikatesową z kurczaka, białym serem 7), kiełki, herbata z mlekiem 7).	Jarzynowa 9) na skrzydle z indyka z ziemniakami i śmietaną 7).	Pierogi 1) z mięsem i duszoną cebulką.	Gruszka, ogórek świeży- słupki.
Wtorek 17.12.2019	Kasza manna na mleku 1)7), pieczywo żytnie z masłem 7), szynką wieprzową, rzodkiewka.	Pomidorowa 9) na mięsie wieprzowym z ryżem i śmietaną 7).	Gulasz 1)z udźca z indyka, kasza gryczana, buraczki tarte z jabłkiem i marchewką.	Kromka pieczywa żytniego 1)z masłem 7), serkiem śmietankowym 7), papryka, cząstka kiwi.
Środa 18.12.2019	Pieczycwo mieszane wiejskie i razowe 1) z masłem 7), pasztetem pieczonym, żółtym serem 7), ogórek świeży, kawa zbożowa z mlekiem 1)7).	Gulaszowa 9)z ziemniakami.	Naleśniki z twarogiem i śmietaną 1)3)7).	Kisiel, cząstka banana.
Czwartek 19.12.2019	Parówki, pieczywo żytnie1) z masłem7), serkiem śmietankowym 7), pomidor, herbata z mlekiem 7).	Ogórkowa 9)na skrzydle z indyka z ziemniakami i śmietaną 7).	Kurczak pieczony, puree ziemniaczane 7), marchewka duszona z groszkiem.	Koktajl bananowy ma bazie jogurtu naturalnego 7), winogrona.
Piątek 20.12.2019	Pieczycwo mieszane wiejskie i graham 1)z masłem 7), kurczakiem gotowanym, pastą jajeczno-serową 3)7), szczypiorek, herbata z mlekiem 7).	Barszcz czerwony 9).	Makaron 1)z tuńczykiem 4)i papryką, surówka z marchewki i pora w śmietanie 7).	Muffinki 1) cząstka pomarańczy.

Informujemy, że potrawy przez nas przygotowywane jak i produkty gotowe, z których korzystamy zawierają lub mogą zawierać poniższe alergeny:

- 1) Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) oraz produkty pochodne.
- 2) Skorupiaki i produkty pochodne.
- 3) Jaja i produkty pochodne.
- 4) Ryby i produkty pochodne.
- 5) Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne.
- 6) Soja i produkty pochodne.
- 7) Mleko i produkty pochodne.
- 8) Orzechy.
- 9) Seler i produkty pochodne.
- 10) Gorczyca i produkty pochodne.
- 11) Nasiona sezamu i produkty pochodne.
- 12)Dwutlenek siarki oraz siarczyny.
- 13)Łubin i produkty pochodne.
- 14)Mięczaki i produkty pochodne.

*Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać **śladowe ilości alergenów**: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorzycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:Ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, pieprz czarny.**Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorzycy.**

Tydzień 4: 23,24-12.2019

Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad:II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 23.12.2019	Pieczyno mieszane wiejskie i razowe 1)z masłem 7), kiełbasą drobiową , twarogiem wiejskim 7), kiełki, herbata z mlekiem 7).	Kapuśniak 9) na udźcu z indyka z ziemniakami i śmietaną 7).	Makaron carbonara z szynką 1)3)7).	Budyń 7), jabłko.
Wtorek 24.12.2019	Płatki kukurydziane z mlekiem 7), pieczywo żytnie 1)z masłem 7), szynką z Pasieki, rzodkiewka.	Jarzynowa 9)na udkach z kurczaka z ziemniakami, kasza jagłana i śmietaną 7).	Paluszki rybne 1)4), puree ziemniaczane 7), kapusta kiszona.	Pomarańcza, talarek ryżowy.

Tydzień 5: 30-31.12.2019

Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad:II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 30.12.2019	Pieczyno mieszane wiejskie i razowe 1) z masłem 7), szynką z Pasieki, serem żółtym 7), kiełki, herbata z mlekiem 7).	Brokułowa 9)na skrzydle z indyka z ryżem i śmietaną 7).	Penne w sosie napoli z tartym serem 1)7).	Kisiel, mandarynka.
Wtorek 31.12.2019	Kasza jagłana z owocami, pieczywo żytnie 1)z masłem 7), serem śmietankowym 7), papryka, herbata z mlekiem 7).	Rosół 9) z kury makaronem 1).	Pierogi z owocami i śmietaną 1)7).	Jabłko, marchewka-słupki.

Informujemy, że potrawy przez nas przygotowywane jak i produkty gotowe, z których korzystamy zawierają lub mogą zawierać poniższe alergeny:

- 1) Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) oraz produkty pochodne.
- 2) Skorupiaki i produkty pochodne.
- 3) Jaja i produkty pochodne.
- 4) Ryby i produkty pochodne.
- 5) Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne.
- 6) Soja i produkty pochodne.
- 7) Mleko i produkty pochodne.
- 8) Orzechy.
- 9) Seler i produkty pochodne.
- 10) Gorczyca i produkty pochodne.
- 11) Nasiona sezamu i produkty pochodne.
- 12)Dwutlenek siarki oraz siarczyny.
- 13)Łubin i produkty pochodne.
- 14)Mięczaki i produkty pochodne.

*Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać **śladowe ilości alergenów**: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:Ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylika, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, pieprz czarny.**Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczycy.**

WYKAZ POTRAW I SPIS PRODUKTÓW GRUDZIEŃ 2019

PIECZYWO:

wiejskie 35 g: mąka pszenna 58%, woda, mąka żytnia 42%, płatki ziemniaczane, drożdże, sól

żytnie 20 g: mąka żytnia 10%, woda, mąka pszenna 90%, drożdże, sól, smalec

razowe 20 g: mąka żytnia razowa 10%, woda, mąka żytnia 90%, mąka pszenna, drożdże, sól

razowe na miodzie 20 g: mąka żytnia razowa, woda mąka żytnia jasna, mąka pszenna, miód sztuczny 4,%, cukier, ekstrakt słodu z prażonego jęczmienia, drożdże, sól

razowe na miodzie ze słonecznikiem 20 g: mąka żytnia razowa, woda mąka żytnia jasna, mąka pszenna, ziarna słonecznika, cukier, ekstrakt słodu z prażonego jęczmienia, drożdże, sól

pelnoziarniste 20 g: żyto krojone 60%, woda, mąka razowa, ekstrakt słodu jęczmiennego, drożdże, sól

graham 20 g: mąka pszenna graham, mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól

żytnie 20 g: mąka żytnia, woda, mąka pszenna, drożdże

bulka grahamka 40 g: mąka pszenna graham 41%, mąka pszenna, woda, drożdże, mąka żytnia, sól, cukier, ekstrakt słodu jęczmiennego

chalka 20 g: mąki pszennej, mleka 2 %, drożdże, sól, cukier, masło 82 %, jajka

Pieczywo jest produkowane na naturalnym zakwasie.

DODATKI ŚNIADANIOWE:

Pasta jajeczno-serowa 20 g: jajka, ser gouda, jogurt naturalny

Pasta z makreli i twarogu 20 g: makrela wędzona (zmiksowana), twaróg biały, jogurt naturalny

Pasta twarogowa 20 g: mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii mlekowych, śmietana 12 %

Serek śmietankowy 15 g: serek śmietankowy, sól, białka mleka

Twarożek wiejski 30 g: twaróg, śmietanka pasteryzowana, sól

Twarożek grani 30 g: twaróg, śmietanka pasteryzowana, sól

Twaróg (biały ser) 30 g: mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii mlekowych

Dżem 100% owoców 20 g: wiśnie (truskawki, brzoskwinie) zagęszczony sok jabłkowy, pektyny

Powidła śliwkowe 20 g: śliwki węgierki, cukier, cynamon

Płatki kukurydziane 20 g: płatki kukurydziane: Lubella catering- mąka kukurydziana, ekstrakt słodowy jęczmienny, cukier, sól, barwniki: karoteny, karmel.

Płatki owsiane 10 g: 100% płatki owsiane

Kasza jaglana 10 g: kasza jaglana 100%

Kasza manna 10 g: otrzymana z ziarna pszenicy 100%

Ser żółty gouda 20 g: mleko pasteryzowane, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia; substancja konserwująca: azotan potasu; barwnik: annato. Produkt może zawierać pochodne jaj.

Kawa zbożowa 1 g: Inka zboża 72% (jęczmień, żyto), cykoria, burak cukrowy - prażone

Kakao 1g: DecoMorreno: Kakao o obniżonej zawartości tłuszczu (zawartość tłuszczu kakaowego 10-12%)

Kielki 1 g: Vital fresh

Wędliny:

Szynka delikatesowa z kurczaka 20 g: Produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce nie jadalnej. Składniki: mięso z piersi kurcząt (89%),woda, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy, ekstrakt przypraw, aromaty ,przeciwutleniacz: kwas askorbinowy, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać soję, gorczycę, pochodne mleka (w tym laktozę).

Szynka wieprzowa 20 g: 98% mięsa wieprzowego z szynki, sól, glukoza, cukier, ekstrakt drożdżowy, ekstrakty przypraw, kultury starterowe bakterii.

Szynka z Pasieki 20 g: filet z kurczaka 78%, udka z kurczaka 18%, sól, cukier, przyprawy naturalne, substancja konserwująca azotyn sodu. Produkt bezglutenowy.

Kurczak gotowany 20 g: mięso z piersi kurczaka (90%), woda, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy, substancja konserwująca azotyn. Produkt może zawierać soję, gorczycę pochodne mleka (w tym laktozę).

Kielbasa drobiowa 20 g: mięso z piersi kurczaka 93%, woda, sól, białko *sojowe*, przyprawy (zawierają *gorczycę*), ekstrakty i aromaty przypraw (w tym dymu wędzarniczego), przeciwutleniacz: askorbinian sodu, cukier, dekstroza, substancja konserwująca: azotyn sodu.

Kielbasa swojska 20 g: mięso wieprzowe, mięso drobiowe, tłuszcz wieprzowy, sól, przyprawy, cukier

Biała kielbasa 10 g: mięso wieprzowe 92%, woda, sól, ekstrakty przypraw, przyprawy, jelita wieprzowe

Pasztet pieczony 25 g: mięso wieprzowe mielone, wątróbka drobiowa mielona, cebula, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz, majeranek, marchewka, pietruszka, słonina.

Parówki z szynki (Nowak) 35 g: mięso z szynki wieprzowej 94 %, skrobia ziemniaczana, woda, sól, regulatory kwasowości, ekstrakty przypraw, aromaty, ekstrakt drożdży, substancja konserwująca. Produkt może zawierać soję, gorczycę pochodne mleka (w tym laktozę).

ZUPY:

Krupnik na skrzydle z indyka z kaszą jęczmienną i ziemniakami: skrzydła z indyka, woda, liść laurowy, sól, pieprz, marchew, pietruszka, seler, por, kasza jęczmienna, ziemniaki

Pomidorowa na mięsie wieprzowym z makaronem i śmietaną: mięso wieprzowe, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, koncentrat pomidorowy, makaron Lubella (mąka z pszenicy durum)

Ogórkowa na udkach z kurczaka z ziemniakami i śmietaną: udka z kurczaka, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, ogórki kiszzone, ziemniaki, śmietana 18%

Wiejska z ziemniakami i kielbasą: kielbasa podwawelska, woda, liść laurowy, sól, majeranek, cebula, marchew, pietruszka, seler, por, koperek, ziemniaki

Jarzynowa na wywarze warzywnym z kaszą jaglaną, ziemniakami i śmietaną: woda, liść laurowy, czosnek, sól, marchew, pietruszka, seler, por, brokuł, kalafior, kasza jagłana, ziemniaki, olej rzepakowy, śmietana 18%

Rosół z kury z makaronem: kura rosółowa, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, makaron Lubella (mąka z pszenicy durum)

Kalafiorowa na mięsie wieprzowym z ziemniakami i śmietaną: mięso wieprzowe, woda, liść laurowy, sól, olej rzepakowy, cebula, czosnek, marchew, pietruszka, seler, por, koperek, kalafior, ziemniaki, śmietana 18%

Barszcz ukraiński na udkach z kurczaka z ziemniakami i śmietaną: udka z kurczaka, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, buraki, ziemniaki, śmietana 18%

Fasolowa na udźcu z indyka z ziemniakami i śmietaną: udziec z indyka, woda, liść laurowy, sól, olej rzepakowy, cebula, marchew, pietruszka, seler, por, koperek, fasolka szparagowa, ziemniaki, śmietana 18%

Owocowa z kluseczkami i śmietaną: woda, wiśnie, mąka pszenna, cukier, sól, śmietana 18 %

Jarzynowa na skrzydle z indyka z ziemniakami i śmietaną: skrzydła z indyka, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, brokuł, kalafior, ziemniaki, śmietana 18%

Pomidorowa na mięsie wieprzowym z ryżem śmietaną: mięso wieprzowe, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, koncentrat pomidorowy, ryż, śmietana 18%

Gulaszowa z ziemniakami: mięso wieprzowe, woda, liść laurowy, sól, pieprz, marchew, pietruszka, seler, cebula ziemniaki, koncentrat pomidorowy

Ogórkowa na skrzydle z indyka z ziemniakami i śmietaną: skrzydło z indyka, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, ogórki kiszzone, ziemniaki, śmietana 18%

Kapuśniak na udźcu z indyka z ziemniakami i śmietaną: mięso wieprzowe, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, kapusta biała, ziemniaki, śmietana 18%

Jarzynowa na udkach z kurczaka z kasza jagłana i śmietaną: udka z kurczaka, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, brokuł, kalafior, ziemniaki, kasza jagłana, śmietana 18%

Brokułowa na skrzydle z indyka z ryżem i śmietaną: skrzydła z indyka woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, brokuł, , śmietana 18%

Gramówka składników zup:

ziemniaki 280 g, marchew 65 g, seler 10 g, pietruszka 10 g, por 5 g, śmietana 10 g, dodatek warzywny (brokuł, kalafior, kapusta, buraki: 60 g), mięso 10 g

II DANIA:

Ryż z jabłkiem i cynamonem: ryż paraboliczny, jabłka, cynamon, sól

Nuggetsy: filet z piersi kurczaka, bułka tarta, olej rzepakowy, sól, pieprz

Ciecierzycza po bolońsku: ciecierzycza, koncentrat pomidorowy, pomidory w puszcze, papryka, cebula, kiełbasa podwawelska, sól, pieprz, olej rzepakowy.

Spaghetti bolognese: mięso wieprzowe, makaron Lubella (mąka z pszenicy durum), sól, pieprz, koncentrat pomidorowy, marchew, zioła prowansalskie, olej rzepakowy

Potrąwka ryżowa z indykiem i warzywami w sosie śmietanowym: ryż paraboliczny, filet z piersi indyka, cukinia, papryka, brokuł, sól, olej rzepakowy, śmietana 30%

Pierś z kurczaka w ziołach: filet z piersi kurczaka, sól, pieprz, zioła prowansalskie, olej rzepakowy

Makaron w sosie twarogowo- jogurtowym: makaron Lubella (mąka z pszenicy durum), jogurt naturalny, twaróg biały półtłusty, sól, cukier

Sztuka pieczonego mięsa: mięso wieprzowe, sól, pieprz, czosnek, cebula, zioła prowansalskie, olej rzepakowy

Pierogi z mięsem i duszona cebulką: mąka pszenna, mięso wieprzowe, cebula, sól, pieprz, olej rzepakowy

Gulasz z udźca z indyka: udziec z indyka, sól, pieprz, cebula , olej rzepakowy, mąka pszenna

Naleśniki z twarogiem i śmietaną: mleko 2% spożywcze homogenizowane, woda, jajka, mąka pszenna, sól, twaróg, brzoskwinie, olej rzepakowy, śmietana 18%

Kurczak pieczony: pałki kurczaka, sól, pieprz, tymianek, olej rzepakowy

Makaron z tuńczykiem i papryką: makaron Lubella (mąka z pszenicy durum), tuńczyk w sosie własnym, papryka, sól, śmietana 30%, olej rzepakowy

Makaron carbonara z szynką: makaron Lubella (mąka z pszenicy durum), śmietana 30%, zioła prowansalskie, szynka wieprzowa, jajka

Penne w sosie napoli z tartym serem: makaron penne, sos pomidorowy, marchew, pomidory, ser żółty gouda

Pierogi z owocami i śmietaną: mąka pszenna, truskawki, cukier,sól, olej rzepakowy, śmietana 18 %

Paluszki rybne: flety z mintaja (65%) (mrożone na morzu, bezpośrednio po połowie, z certyfikowanych łowisk MSC), mąka pszenna, olej słonecznikowy (z pierwszego tłoczenia, nieekstrahowany chemicznie), woda, skrobia ziemniaczana (niemodyfikowana chemicznie), sól (bez substancji przeciwbrylających), przyprawy (papryka i kurkuma), drożdże

Kotlet z dorsza: filet z dorsza, , bułka tarta, olej rzepakowy, sól, pieprz

Makarony: Lubella catering- 100% pszenicy durum

Lubella - pełne ziarno- mąka makaronowa pszenna pełnoziarnista

Ziarna Natury- mąka pełnoziarnista z pszenicy durum

Ryż: paraboliczny

Brązowy

Gramówka składników drugich dań:

Ziemniaki 150 g

Ryż 60 g

Makaron 50 g

Mięso 80 g

Surówka 80 g

Naleśniki 150 g

Pierogi 150 g

Ryba 80 g

SURÓWKI:

Z selera i jabłka w śmietanie: seler, jabłko, śmietana 12%, cukier

Z kapusty kiszonej: kapusta kiszona, marchewka, natka pietruszki, olej rzepakowy, cukier

Z marchewki i jabłka w śmietanie: marchewka, por, jabłko, cukier, śmietana 12%

Z kapusty pekińskiej w zielonym dresingu: kapusta pekińska, natka pietruszki, koperek, zioła prowansalskie, olej rzepakowy

Coleslow: kapusta biała, marchew, jogurt naturalny, sól, cukier

Buraczki tarte z jabłkiem i cebulką: buraki gotowane, jabłko, cebula, sól, pieprz, olej rzepakowy

Marchewka duszona z groszkiem: marchew, groszek zielony, woda, sól, cukier

Z marchewki i pora w śmietanie: marchewka, por, cukier, śmietana 12%

PODWIECZORKI:

Jogurt naturalny 150 ml: mleko pasteryzowane, odtłuszczone mleko w proszku, żywe kultury bakterii jogurtowych

Kisiel owocowy 150 ml: sok owocowy, woda, cukier, skrobia ziemniaczana.

Budyń czekoladowy 150 ml: skrobia ziemniaczana, cukier, kakao, żółtka jaj, mleko

Koktajl brzoskwinowy na bazie jogurtu naturalnego: jogurt naturalny, brzoskwinie

Koktajl bananowy na bazie jogurtu naturalnego: jogurt naturalny, banany

Kasza manna z sokiem owocowym: kasza manna, mleko pasteryzowane, sól, cukier, sok owocowy-wiśniowy

Wafelek ryżowy 20 g: ryż brązowy 100%

Chrupki kukurydziane 15 g: kaszka kukurydziana 100%

Ciasto marchewkowe 40 g: mąka pszenna, olej rzepakowy, soda oczyszczona, marchewka, jabłka, cukier, cynamon, przyprawa korzenna, kakao

Muffinki: mąka pszenna, olej rzepakowy, masło roślinne, soda oczyszczona, kakao, cukier, cynamon

Jogurt z musli: jogurt naturalny, musli (płatki pszenne, płatki owsiane pełnoziarniste)

Jogurt z owocami: jogurt naturalny, banan, jabłko

Informujemy, że potrawy (z wyjątkiem naleśników i kotletów mielonych) przygotowujemy w piecu konwekcyjno- parowym.

Dodatek soli i cukru w potrawach przygotowywanych jest minimalny.

Tabela średniej kaloryczności dziennej z tygodnia

	I tydzień	II tydzień	III tydzień	IV tydzień	V tydzień
Kalorie	980	1170	1100	940	950
Białko	33	35	36	33	32
Tłuszcze	34	37	34	29	29
Węglowodany	144	138	142	136	145

Szanowni Państwo,

Informujemy, że potrawy przez nas przygotowywane jak i produkty gotowe, z których korzystamy zawierają lub mogą zawierać poniższe alergeny:

- 1). Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) oraz produkty pochodne.
- 2). Skorupiaki i produkty pochodne.
- 3). Jaja i produkty pochodne.
- 4). Ryby i produkty pochodne.
- 5). Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne.
- 6). Soja i produkty pochodne.
- 7). Mleko i produkty pochodne.
- 8). Orzechy.
- 9). Seler i produkty pochodne.
- 10). Gorczyca i produkty pochodne.
- 11). Nasiona sezamu i produkty pochodne.
- 12). Dwutlenek siarki oraz siarczyny.
- 13). Łubin i produkty pochodne.

14). Mięczaki i produkty pochodne.

*Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać **śladowe ilości alergenów:** glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

Ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, pieprz czarny.

Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczycy.

UWAGA

Przypominamy jednocześnie, że w żywieniu dziecka nie powinno się ograniczać produktów alergizujących, chyba, że występuje wyraźne wskazanie lekarza.