



SKŁAD SUROWCOWY POTRAW

Zupy

Zupa grochowa z ziemniakami (składniki: woda, groch, marchew, pietruszka, **seler**, ziemniaki, mięso z kurczaka, cebula, czosnek, przyprawy)

Zupa pomidorowa z makaronem (składniki: woda, koncentrat pomidorowy 30% ekst., marchew, **seler**, pietruszka, makaron z **pszenicy** durum, mięso z kurczaka, śmietana (zawiera: **mleko**) 12%tł., cebula, czosnek, przyprawy)

Koperkowa z ryżem na rosole (składniki: woda, mięso z kurczaka, ryż biały, marchew, **seler**, pietruszka, cebula, czosnek, koperek, przyprawy)

Zalewajka z ziemniakami i majerankiem (składniki: woda, ziemniaki, marchew, **seler**, pietruszka, mięso z kurczaka, śmietana (zawiera: **mleko**) 12% tł., cebula, czosnek, zakwas **żytni** naturalny (woda, mąka **żytnia**, mąka **pszenna**, czosnek), przyprawy, olej rzepakowy)

Zupa brokułowa z ziemniakami (składniki: woda, brokuł, marchew, **seler**, pietruszka, ziemniaki, mięso z kurczaka, śmietana (zawiera: **mleko**) 12%tł., cebula, czosnek, mąka **pszenna**, przyprawy)

Botwinka z ziemniakami (składniki: woda, botwina, buraki, marchew, **seler**, pietruszka, ziemniaki, mięso z kurczaka, śmietana (zawiera: **mleko**) 12%tł., cebula, czosnek, mąka **pszenna**, przyprawy)

II dania

Pampuchy drożdżowe (składniki: mąka **pszenna**, **jaja**, **mleko** 2%tł., drożdże, olej rzepakowy, cukier, sól)

Polewa jogurtowo-truskawkowa (składniki: jogurt naturalny (zawiera: **mleko**) 2%tł., truskawki, cukier)

Klopsiki z indyka w sosie koperkowym (składniki: mięso z piersi indyka, mięso z piersi kurczaka, **jaja**, marchew, cebula, bułka tarta (mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier), mąka **pszenna**, woda, śmietana (zawiera: **mleko**) 12%tł., koperek, olej rzepakowy, przyprawy)

Łazanki z kapustą i kawałkami szynki wieprzowej (składniki: makaron z **pszenicy** durum, kapusta biała, kapusta kiszona, mięso wieprzowe z szynki, marchew, olej rzepakowy, przyprawy)

Udko pieczone z kurczaka (składniki: udko z kurczaka, olej rzepakowy, przyprawy)

Naleśniki z serem (składniki: mąka **pszenna**, **jaja**, **mleko** 2%tł., twaróg półtłusty (zawiera: **mleko**), jogurt naturalny (zawiera: **mleko**) 2%tł., cukier)

Truskawki z jogurtem (składniki: truskawki, jogurt naturalny (zawiera: **mleko**) 2%tł., cukier)

Pogrubioną czcionką **oznaczono alergeny** zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wymienione alergeny.

Opracowano przez: dietetyk Olę Będzińską i dietetyk Wioletę Jakubowską



Stripsy z mintaja i dorsza (składniki: filet z **ryby**: dorsz i mintaj, mąka **pszenna**, olej rzepakowy, drożdże, przyprawy)

Surówki

Surówka colesław (składniki: kapusta biała, marchew, jogurt naturalny (zawiera: **mleko**) 2%tł., majonez (olej rzepakowy, **jaja**, sok z cytryny, **gorczyca**, sól), olej rzepakowy, natka pietruszki, przyprawy)

Surówka z marchewki i jabłka (składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny, przyprawy)

Warzywa na parze (składniki: fasolka szparagowa zielona, marchew, kukurydza, oliwa, przyprawy)

Surówka z buraczków z jabłkiem (składniki: burak, jabłko, sok z cytryny, oliwa, przyprawy)

Mizeria (składniki: ogórek zielony, jogurt naturalny (zawiera: **mleko**) 2%tł., przyprawy)

Surówka z kiszonej kapusty (składniki: kapusta kiszona, cebula, marchew, natka pietruszki, oliwa, przyprawy)

Surówka z selera z żurawiną i dresingiem z masła orzechowego arachidowego (składniki: seler, jabłko, żurawina suszona, masło **orzechowe** arachidowe, olej rzepakowy, sok z cytryny, przyprawy)

Kompoty

Kompot cytrusowy z dziką różą (składniki: woda, owoc dzikiej róży, sok z cytryny)

Kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, jabłko) (składniki: woda, truskawka, porzeczka czerwona, porzeczka czarna, jabłko, sok z cytryny)

Kompot cytrusowy z miętą (składniki: woda, mięta suszona, sok z cytryny)

Kompot cytrusowo - jabłkowy (składniki: woda, jabłko, sok z cytryny)

Kompot truskawkowy (składniki: woda, truskawka, sok z cytryny)

Kompot cytrusowy z melisą (składniki: woda, melisa suszona, sok z cytryny)

Pogrubioną czcionką **oznaczono alergeny** zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wymienione alergeny.

Opracowano przez: dietetyk Olę Będzińską i dietetyk Wioletę Jakubowską