

PLACÓWKA:

KAMIEŃSKIEGO

DATA:

04-15.11.2024r.

OBIAD			
Poniedziałek 04.11	Zupa jarzynowa z kapustą i ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę, mleko) 350ml Spaghetti z sosem bolońskim z chudą wieprzowiną (zawiera: pszenicę) 220g, fasolka szparagowa na parze 70g Kompot cytrusowy z melisą i cytryną 200ml, owoc 1szt.	Poniedziałek 11.11	DZIEŃ NIEPODLEGŁOŚCI
Wtorek 05.11	Zupa ogórkowa ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę, mleko) 350ml Frykadelki drobiowe (zawiera: pszenicę, jaja) 80g, sos curry (zawiera: pszenicę, gorczycę) 80g, kasza pęczak (zawiera: jęczmień) 150g, surówka z buraczków z papryką 70g Kompot wieloowocowy (jabłko, śliwka) 200ml, owoc 1szt.	Wtorek 12.11	Zupa jarzynowa z kukurydzą i ziemniakami (zawiera: mleko, seler, pszenicę) 350ml Makaron z sosem neapolitańskim z mozzarellą (zawiera: pszenicę, mleko) 220g, fasolka szparagowa na parze 70g, kompot śliwkowy 200ml, owoc 1szt.
Środa 06.11	Zupa pomidorowa z makaronem (zawiera: pszenicę, seler, mleko) 350ml Mintaj w panierce (zawiera: ryby, pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, brokuły na parze z dipem jogurtowo – czosnkowym (zawiera: mleko) 70g Kompot śliwkowy 200ml, owoc 1szt.	Środa 13.11	Krem z kalafiora z pestkami dyni (zawiera: mleko, seler, pszenicę) 350ml Stripsy z dorsza i mintaja (zawiera: ryby, pszenicę) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z kapusty pekińskiej z kolorową papryką (zawiera: gorczycę) 70g, kompot cytrusowy z miętą 200ml, owoc 1szt.
Czwartek 07.11	Krem dyniowy ze słonecznikiem (zawiera: seler, pszenicę, mleko) 350ml Pałki pieczone z kurczaka 1szt., ziemniaki z koperkiem 150g, surówka colesław z białej kapusty (zawiera: mleko, jaja, gorczycę) 70g Kompot jabłkowy z cynamonem 200ml, owoc 1szt.	Czwartek 14.11	Zupa kapuśniak z kiszanej kapusty z ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę) 350ml Kurczak w sosie słodko - kwaśnym 150g, ryż paraboliczny 150g, sałata z winegret i słonecznikiem (zawiera: gorczycę) 70g, kompot gruszkowy 200ml, owoc 1szt.
Piątek 08.11	Żurek z jajkiem i ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę, żyto, jaja, mleko) 350ml Knedle z truskawkami (zawiera: pszenicę, jaja) 5szt., polewa jogurtowa (zawiera: mleko) 80ml, surówka z gruszki, jabłka i marchewki 70g Kompot śliwkowy 200ml, owoc 1szt.	Piątek 15.11	Zupa fasolowa z ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę, mleko) 350ml Pampuchy drożdżowe (zawiera: pszenicę, jaja, mleko) 3szt., polewa jogurtowo – porzeczkowa (zawiera: mleko) 80ml, surówka z selera z rodzynkami (zawiera: mleko, seler) 70g, kompot wieloowocowy (truskawka, jabłko, śliwka) 200ml, owoc 1szt.

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. Firma *Horyzonty Smaku* zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

Opracowano przez: dietetyk Olęę Będzińską i dietetyk Wioletęę Jakubowskąę