



## AKTUALIZACJA OD 16.12 DO 20.12

Rosół z zacierkami jajecznymi (składniki: woda, mięso z kurczaka, zacierka jajeczna (mąka **pszenna**, **jaja**, kurkuma), marchew, seler, pietruszka, cebula, czosnek, przyprawy)

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

Wigilijny barszcz czerwony z łazankami (składniki: woda, buraki, marchew, **seler**, pietruszka, makaron z **pszenicy** durum, cebula, czosnek, zakwas buraczany (buraki, sól, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy), przyprawy)

Kurczak po meksykańsku (składniki: mięso z piersi kurczaka, przecier pomidorowy, papryka, kukurydza, fasola czerwona, koncentrat pomidorowy 30%ekst., czosnek, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, przyprawy)

Kluski ziemniaczane z mięsem (składniki: ziemniaki, skrobia ziemniaczana, łopatka wieprzowa b/k, cebula, marchew, pietruszka, por, olej rzepakowy, soja, przyprawy (zawierają: **gorczycę**))

Ryba miruna w warzywach po grecku (składniki: filet z **ryby**: miruna, marchew, **seler**, pietruszka, przecier pomidorowy 30%ekst., mąka **pszenna**, **jaja**, bułka tarta (mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier), olej rzepakowy, przyprawy)

Surówka z białej kapusty (składniki: kapusta biała, marchew, natka pietruszki, oliwa, przyprawy)

Mini marchewki na parze (składniki: marchew mini, olej rzepakowy, przyprawy)

Kapusta pekińska z dressingiem cytrynowym (składniki: kapusta pekińska, olej rzepakowy, sok z cytryny, przyprawy)

Kompot cytrusowy z melisą i miodem (składniki: woda, melisa suszona, miód naturalny, sok z cytryny)

Wigilijny kompot z suszonych jabłek (składniki: woda, jabłka, goździki, cynamon, imbir, 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