



## JADŁOSPIS 13 - 17.11.2023

DIETA BEZMLECZNA

| DZIEŃ  | OBIAD  |
|--|--|
| PON  | Zupa grysikowa ( <b>gluten pszenney, seler</b> )(300ml)<br>Stripsy z kurczaka w panierce kukurydzianej ( <b>gluten pszenney, jaja</b> ) (100g) pieczone ziemniaki (100g) dip czosnkowy na jogurcie roślinnym (30g) surówka z białej i czerwonej kapusty (70g)<br><br>Kompot jabłkowo śliwkowy (200 ml)   |
| WT   | Zupa wiejska z ziemniakami ( <b>seler</b> )(300ml)<br>Łagodne chili con carne wieprzowe (karkówka)(110g) z warzywami (70g) z ryżem basmati (120g)<br><br>Woda z sokiem wiśniowym (200 ml)  |
| ŚR   | Zupa ogórkowa z ziemniakami ( <b>seler</b> )(300ml)<br>Makaron z serem roślinnym ( <b>gluten pszenney, jaja, soja</b> )(130g +50g) polewa truskawkowa (50g) surówka z marchewki (60g)<br><br>Napój pomarańczowy (200 ml)   |
| CZW  | Krem z dyni i soczewicy z pestkami słonecznika z mleczkiem kokosowym ( <b>seler</b> )(300ml)<br>Gulasz z indyka (110g) kasza gryczana (120g) surówka z pieczonych buraczków z cebulką i z jabłkiem (70g)<br><br>Kompot wieloowocowy (gruszka, śliwka i jabłko)(200 ml)                                   |
| PT   | Krupnik z kaszą jęczmienną ( <b>gluten jęczmienny, seler</b> )(300ml)<br>Jajko sadzone ( <b>jaja</b> )(100g) ziemniaki z koperkiem (120g) sos tzatziki na jogurcie roślinnym (30g) warzywa parowane (marchewka, fasolka szparagowa, kukurydza, brokuły)(50g)<br><br>Kompot jabłkowo porzeczkowy (200 ml) |
| <p>Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011<br/>Wszystkie produkty mięsne i drobiowe przygotowywane są w piecu konwekcyjnym.<br/>Do każdej zupy dodawana jest zieleńka : natka pietruszki i koperek. Ziarna dyni i słonecznika mogą zawierać śladowe ilości orzechów i sezamu.<br/>Do przygotowywania potraw na ciepło używamy oleju rzepakowego. Do przygotowywania surówek i salatek używamy oleje nierafinowane np. Oliwa z oliwek, rzepakowy, lniany.<br/>Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.<br/>Opracowano przez: st. intendent Anna Gębka<br/>„SmacznieGo „, Elżbieta Witczak ul. Fabryczna 14, 53-609 Wrocław tel. 574 568 538</p> |  |



## JADŁOSPIS 13 - 17.11.2023

DIETA BEZ GLUTENU

| DZIEŃ  | OBIAD   |
|--|---|
| PON  | Zupa grysikowa bezglutenowa ( <b>seler</b> )(300ml)<br>Stripsy z kurczaka w panierce kukurydzianej ( <b>jaja</b> ) (100g) pieczone ziemniaki (100g) dip jogurtowo czosnkowy ( <b>mleko</b> )(30g) surówka z białej i czerwonej kapusty (70g)<br><br>Kompot jabłkowo śliwkowy (200 ml) |
| WT   | Zupa wiejska z ziemniakami ( <b>seler</b> )(300ml)<br>Łagodne chili con carne wieprzowe (karkówka)(110g) z warzywami (70g) z ryżem basmati (120g)<br><br>Woda z sokiem wiśniowym (200 ml)   |
| ŚR   | Zupa ogórkowa z ziemniakami ( <b>seler</b> )(300ml)<br>Makaron bezglutenowy z serem ( <b>mleko</b> )(130g +50g) polewa truskawkowa (50g) surówka z marchewki (70g)<br><br>Napój pomarańczowy (200 ml)   |
| CZW  | Krem z dyni i soczewicy z pestkami słonecznika z mleczkiem kokosowym ( <b>seler</b> )(300ml)<br>Gulasz z indyka (110g) kasza gryczana (120g) surówka z pieczonych buraczków z cebulką i z jabłkiem (70g)<br><br>Kompot wieloowocowy (gruszka, śliwka i jabłko)(200 ml)                |
| PT   | Krupnik ryżowy ( <b>seler</b> )(300ml)<br>Jajko sadzone ( <b>jaja</b> )(100g) ziemniaki z koperkiem (120g) sos tzatziki ( <b>mleko</b> )(30g) warzywa parowane (marchewka, fasolka szparagowa, kukurydza, brokuły)(50g)<br><br>Kompot jabłkowo porzeczkowy (200 ml)                   |
| <p>Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011<br/>Wszystkie produkty mięsne i drobiowe przygotowywane są w piecu konwekcyjnym.<br/>Do każdej zupy dodawana jest zieleńka : natka pietruszki i koperek. Ziarna dyni i słonecznika mogą zawierać śladowe ilości orzechów i sezamu.<br/>Do przygotowywania potraw na ciepło używamy oleju rzepakowego. Do przygotowywania surówek i salatek używamy oleje nierafinowane np. Oliwa z oliwek, rzepakowy, lniany.<br/>Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.<br/>Opracowano przez: st. intendent Anna Gębka<br/>„SmacznieGo „, Elżbieta Witczak ul. Fabryczna 14, 53-609 Wrocław tel. 574 568 538</p> |   |



## JADŁOSPIS 13 - 17.11.2023

DIETA WEGETARIAŃSKA

| DZIEŃ  | OBIAD  |
|--|--|
| PON  | Zupa grysikowa ( <b>gluten pszenney, seler</b> )(300ml)<br>Stripsy z tofu w panierce kukurydzianej ( <b>gluten pszenney, jaja, soja</b> ) (100g) pieczone ziemniaki (100g) dip jogurtowo czosnkowy ( <b>mleko</b> )(30g) surówka z białej i czerwonej kapusty (70g)<br><br>Kompot jabłkowo śliwkowy (200 ml) |
| WT   | Zupa wiejska z ziemniakami ( <b>seler</b> )(300ml)<br>Łagodne chili con carne wegetariańskie (110g) z warzywami (70g) z ryżem basmati (120g)<br><br>Woda z sokiem wiśniowym (200 ml)   |
| ŚR   | Zupa ogórkowa z ziemniakami ( <b>seler</b> )(300ml)<br>Makaron z serem ( <b>gluten pszenney, jaja, mleko</b> )(130g +50g) polewa truskawkowa (50g) surówka z marchewki (70g)<br><br>Napój pomarańczowy (200 ml)  |
| CZW  | Krem z dyni i soczewicy z pestkami słonecznika z mleczkiem kokosowym ( <b>seler</b> )(300ml)<br>Gulasz warzywny ( <b>seler</b> )(110g) kasza gryczana (120g) surówka z pieczonych buraczków z cebulką i z jabłkiem (70g)<br><br>Kompot wieloowocowy (gruszka, śliwka i jabłko)(200 ml)                       |
| PT   | Krupnik z kaszą jęczmienną ( <b>gluten jęczmienny, seler</b> )(300ml)<br>Jajko sadzone ( <b>jaja</b> )(100g) ziemniaki z koperkiem (120g) sos tzatziki ( <b>mleko</b> )(30g) warzywa parowane (marchewka, fasolka szparagowa, kukurydza, brokuły)(50g)<br><br>Kompot jabłkowo porzeczkowy (200 ml)           |
| <p>Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011<br/>Wszystkie produkty mięsne i drobiowe przygotowywane są w piecu konwekcyjnym.<br/>Do każdej zupy dodawana jest zieleńka : natka pietruszki i koperek. Ziarna dyni i słonecznika mogą zawierać śladowe ilości orzechów i sezamu.<br/>Do przygotowywania potraw na ciepło używamy oleju rzepakowego. Do przygotowywania surówek i salatek używamy oleje nierafinowane np. Oliwa z oliwek, rzepakowy, lniany.<br/>Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.<br/>Opracowano przez: st. intendent Anna Gębka<br/>„SmacznieGo „, Elżbieta Witczak ul. Fabryczna 14, 53-609 Wrocław tel. 574 568 538</p> |  |