

Od dnia 13 grudnia 2014r.obowiązuje rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 w sprawie przekazywania informacji na temat alergenów. Informujemy, że zgodnie z wykazem zostały wyszczególnione substancje alergizujące występujące w jadłospisie

W oparciu o dostępność produktów, wykonawca zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian w jadłospisie.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, vegeta, majeranek, papryka, curry, cukier waniliowy, cynamon.

Makaron po włosku 200g (1) Serek twarogowy Deliser 17g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie *duszenie	Parówki 100g Ser żółty z czarnuszką 20g (7) Pomidor 20g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	Jajko w sosie tatarskim 70g(3,7) Kiełbasa żywiecka 20g Papryka czerwona 20g Salata 5g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	Paszтет pieczony 20g Kabanos 20g Ser topiony plaster Gouda 20g (7) Ogórek kwaszony 20g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml	Brokuły z jajkiem ,serem feta i pomidorem z sosem czosnkowym 120g (3,7) Krakowska parzona 20g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	Pasta z tuńczyka 50g (4,3) Ser żółty z bazylią 20g(7) Pomidor 20g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml	Salatka grecka z fetą 120g (7) Półdewica sopocka 30g Masło ekstra 15 g (7) Dżem morelowy 20g Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml
K: 2253.3 / B: 84.8 / T: 75.1 / NKT: 31.1 / WP: 272.9 F: 27,2 / SÓL: 4.9	K: 2443.7 / B: 72.0 / T: 108.1 / NKT: 44.3 / WP: 250.4 F: 29,2 / SÓL: 6.9	K: 2195.3 / B: 80.8 / T: 82.4 / NKT: 31.5 / WP: 265.1 F: 32,1 / SÓL: 4.5	K K: 2054.2 / B: 67.9 / T: 73.9 NKT: 35.3 / WP: 268.2 F: 30,4 / SÓL: 6.1	K: 2378.3 / B: 84.9 / T: 93.4 / NKT: 42.8 / WP: 255.2 F: 29,7 / SÓL: 4.6	K: 1837.5 / B: 67.6 / T: 49.2 / NKT: 23.7 / WP: 268.4 F: 28,2 / SÓL: 3.8	K: 2055.8 / B: 73.8 / T: 67.0 / NKT: 27.3 / WP: 260.1 F: 30,0 / SÓL: 8.7

Zupa pomidorowa z makaronem 300g (7,9) Pulpet drobiowy w sosie z białych warzyw 100g(1,3,9) Ziemniaki gotowane 230g Brokuły gotowane na parze 120 g Kompot wieloowocowy słodzony 250 ml *gotowanie *duszenie	Krupnik 300g (1,9) Kotlet schabowy 80g (3,1) Ziemniaki gotowane 230g Sałata lodowa z sosem czosnkowym 120g (7) Kompot wieloowocowy słodzony 250 ml *gotowanie *pieczenie	Barszcz czerwony z fasolką szparagową 300g (7) Krokiety ziemniaczane z sosem pieczarkowym 300g (1,3,7) Ogórek kwaszony 60g Kompot wieloowocowy słodzony 250 ml *gotowanie *pieczenie	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (9,7) Gulasz wieprzowy 150g (9,1) Kasza gryczana, gotowana Surówka z buraczków 130g Kompot wieloowocowy słodzony 250 ml *gotowanie *duszenie	Zupa brokułowa na rosole 300g (9) Kotlet z ryby (tilapia) 80g (4,3,1) Ziemniaki gotowane 230g Surówka z kiszzonej kapusty 120g Kompot wieloowocowy słodzony 250 ml *gotowanie *pieczenie	Kartoflanka 300g(9) Makaron z sosem brokułowym i mięsem drobiowym 300g(1,7) Kompot wieloowocowy słodzony 250 ml *gotowanie *duszenie	Rosolnik z zacierką 300 g (9,1) Kotlet z piersi kurczaka smażony 80g (1,3) Ziemniaki gotowane 230g Surówka z kapusty pekińskiej 120g Kompot wieloowocowy słodzony 250 ml *gotowanie *smażenie
PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00
Jogurt owocowy 100g (7)	Soczek jabłkowy 200ml	Baton musli banan i mleczna czekolada, Vitarella (1,7)	Bułka drożdżowa z serem 50g (1,7)	Ciastka owsiane z żurawiną Sante 30g (17)	Serek homogenizowany 150g (7)	Wafelek Grzesiek 36g (1,8)
KOLACJA 18:30	KOLACJA 18:30	KOLACJA 18:30	KOLACJA 18:30	KOLACJA 18:30	KOLACJA 18:30	KOLACJA 18:30
Zapiekanka ziemniaczana z jajkiem 220g(3) Serek twarogowy Deliser 17g Kefir Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie *pieczenie	Parówki 100g Ser żółty Salami 20g (7) Pomidor 20g Sałata 5g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	Makaron z sosem truskawkowym na jogurcie naturalnym 200g (1,7) Kiełbasa żywiecka 20g Sałata 5g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	Pasztet pieczony 20g Ser topiony plaster Gouda 20g (7) Kabanos 20g Ogórek kwaszony 20g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml	Ser mozzarella klasyczna 30g Pomidor 20g Rukola 5g Schab wiejski Maryny 30g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml	Pasta z tuńczyka 50g (4,3) Ser żółty z bazylią 20g(7) Ogórek zielony 20g Kiełki rzodkiewki Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml	Sałatka Gyros 150g Połędwica sopocka 30g Masło ekstra 15 g (7) Pieczywo mieszane, żytnie, pszenne 100g (16,1) herbata z cukrem i cytryną 250ml
K: 2082.8 / B: 77.0 / T: 59.9 / JNKT: 15.8 / WP: 286.1 F: 30,3 / SÓL: 4.0	K: 2271.2 / B: 75.6 / T: 88.4 / JNKT: 33.3 / WP: 241.1 F: 29,6 / SÓL: 6.6	K: 2185.0 / B: 61.1 / T: 66.6 / JNKT: 20.9 / WP: 320.1 F: 28,8 / SÓL: 6.2	K: 2017.8 / B: 79.5 / T: 76.9 / JNKT: 25.7 / WP: 240.0 F: 29,4 / SÓL: 6.8	K: 2131.3 / B: 70.0 / T: 91.3 / JNKT: 37.4 / WP: 234.3 F: 27,7 / SÓL: 4.9	K: 2259.3 / B: 75.4 / T: 65.2 / JNKT: 18.6 / WP: 311.4 F: 28,6 / SÓL: 4.1	K: 2053.2 / B: 71.2 / T: 80.3 / JNKT: 35.7 / WP: 233.9 F: 28,4 / SÓL: 5.2

K [kcal] – wartość kaloryczna, **B [g]** – białko, **T [g]** – tłuszcze, **NKT[g]** - kwasy tłuszczowe nasycone **WP [g]** – węglowodany, **F [g]** – błonnik, **Sól [g]**

*Forma obróbki cieplnej

Alergeny:

- [1] - Zboża zawierające gluten pszenney
- [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 (łącznie z laktozą)
- [8] – Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały
- [9] – Seler i produkty pochodne
- [10] – Gorczyca i produkty pochodne
- [11] – Nasiona sezamu i produkty pochodne
- [12] – Dwutlenek siarki i siarczyny
- [13] – Łubin i produkty pochodne
- [14] – Mięczaki i produkty pochodne
- [15] – Mleko i pochodne bez laktozy
- [16] – Zboża zawierające gluten żytni
- [17] – Zboża zawierające gluten owsiany
- [18] – Zboża zawierające gluten jęczmienny