

Tydzień: 21.11-25.11.2022		
Dni tygodnia	Obiad: zupa	Obiad: II danie
<b>Poniedziałek</b>	<p>Rosół na kurczaku z wolnego wybiegu z makaronem.</p> <p><b>Składniki:</b> Kurczak, marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por, cebula, pieprz czarny, sól, makaron (<u>mąka z pszenicy durum</u>).</p> <p><b>Alergeny:1,9</b></p>	<p>Pieczony filet z indyka z kuskusem perłowym i surówką z czerwonej kapusty</p> <p><b>Składniki:</b> Filet z indyka, <u>kuskus perłowy (gluten)</u>, czerwona kapusta, marchew, jabłko, cebula, jogurt naturalny (<u>mleko</u>), sól, pieprz czarny.</p> <p>Woda z cytryną</p> <p><b>Alergeny: 1,7</b></p>
<b>Wtorek</b>	<p>Krem porowo-ziemniaczany z grzankami.</p> <p><b>Składniki:</b> Por, ziemniak, <u>seler</u>, pietruszka, przyprawy, bagietka (<u>mąka pszenna</u>).</p> <p><b>Alergeny: 1,9</b></p>	<p>Gnocchi z kurczakiem w sosie pomidorowym z warzywami.</p> <p><b>Składniki:</b> Gnocchi (<u>mąka pszenna, jajka</u>), filet z kurczaka, pomidory, cukinia, papryka, cebula czerwona, zioła, sól, pieprz czarny.</p> <p>Owoc: banan/ jabłko</p> <p>Kompot wieloowocowy</p> <p><b>Alergeny: 1,3</b></p>
<b>Środa</b>	<p>Zupa pomidorowa na skrzydle z indyka z makaronem:</p> <p><b>Składniki:</b> skrzydło z indyka, pietruszka, por, <u>seler</u>, pomidor, <u>seler naciowy</u>, bazylia przyprawy, makaron (<u>mąka z pszenicy durum</u>).</p> <p><b>Alergeny : 1,9</b></p>	<p>Kotlet mielony wieprzowy z ziemniakami i tarte buraczki.</p> <p><b>Składniki:</b> Łopatka wieprzowa, <u>jajko, bułka tarta (gluten)</u>, ziemniak, burak, jabłko, cytryna, cebula, sól pieprz.</p> <p>Kompot wiśniowy</p> <p><b>Alergeny: 1,3</b></p>
<b>Czwartek</b>	<p>Jarzynowa z ziemniakami</p> <p><b>Składniki:</b> Ziemniaki, brokuł, kalafior, marchewka, pietruszka, por, <u>seler</u>, natka pietruszki, sól, pieprz czarny</p> <p><b>Alergeny: 9</b></p>	<p>Lasagne</p> <p><b>Składniki:</b> Makaron (<u>mąka z pszenicy durum, jajko</u>), szynka wieprzowa, pomidor, marchewka, pietruszka, cebula, zioła, <u>śmietana (mleko), mąka pszenna</u>, sól, pieprz)</p> <p>Owoc: jabłko/banan</p> <p>Kompot wieloowocowy</p> <p><b>Alergeny: 1,3,7</b></p>
<b>Piątek</b>	<p>Żurek na naturalnym zakwasie</p> <p><b>Składniki:</b> Zakwas (<u>mąka żytnia razowa typ 200</u>) boczek, biała surowa, cebula, marchew, pietruszka, por, ziemniak, <u>seler</u>, sól pieprz.</p> <p><b>Alergeny: 1, 9</b></p>	<p>Paluszki rybne z ziemniakami i kiszoną kapustą</p> <p><b>Składniki:</b> Paluszki rybne (<u>dorsz</u>, panierka-<u>mąka pszenna</u>), ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, oliwa, sól, pieprz).</p> <p>Woda z limonką i miętą</p> <p><b>Alergeny: 1, 4</b></p>

## WYKAZ POTRAW I SPIS PRODUKTÓW

### ZUPY:

Rosół na kurczaku z wolnego wybiegu z makaronem

**Składniki:** Kurczak, marchew, pietruszka, seler (**seler**), por, cebula, pieprz czarny, sól, makaron (mąka z pszenicy durum (**gluten**)).

Krem porowo-ziemniaczany z grzankami.

**Składniki:** Por, ziemniak, **seler**, pietruszka, przyprawy, bagietka (**mąka pszenna**).

Zupa pomidorowa na skrzydle z indyka z makaronem:

**Składniki:** skrzydło z indyka, pietruszka, por, **seler**, pomidor, **seler naciowy**, bazylia przyprawy, makaron (**mąka z pszenicy durum**).

Jarzynowa z ziemniakami

**Składniki:** Ziemniaki, brokuł, kalafior, marchewka, pietruszka, por, **seler**, natka pietruszki, sól, pieprz czarny

Żurek na naturalnym zakwasie

**Składniki:** Zakwas (**mąka żytnia razowa typ 200**) boczek, biała surowa, cebula, marchew, pietruszka, por, ziemniak, **seler**, sól pieprz.

### Gramówka składników zup:

ziemniaki 80 g, marchew 62,5 g, seler 10 g, pietruszka 30g, por 10 g, dodatek warzywny ( brokuł, buraki: 80g), mięso 15 g

## II DANIA i surówki:

Pieczony filec z indyka z kuskusem perłowym i surówką z czerwonej kapusty

**Składniki:** Filec z indyka, kuskus perłowy (**gluten**), czerwona kapusta, marchew, jabłko, cebula, jogurt naturalny (**mleko**), sól, pieprz czarny

Gnocchi z kurczakiem w sosie pomidorowym z warzywami.

**Składniki:** Gnocchi (**mąka pszenna, jajka**), filec z kurczaka, pomidory, cukinia, papryka, cebula czerwona, zioła, sól, pieprz czarny.

Kotlet mielony wieprzowy z ziemniakami i tarte buraczki.

**Składniki:** Łopatką wieprzowa, **jajko**, **bułka tarta (gluten)**, ziemniak, burak, jabłko, cytryna, cebula, sól pieprz.

Lasagne

**Składniki:** Makaron (mąka z pszenicy durum, jajko), szynka wieprzowa, pomidor, marchewka, pietruszka, cebula, zioła, śmietana (mleko), mąka pszenna, sól, pieprz)

Paluszki rybne z ziemniakami i kiszoną kapustą **Składniki:** Paluszki rybne (dorsz, panierka- mąka pszenna), ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, oliwa, sól, pieprz).

Woda z limonką i miętą

**Gramówka składników drugich dań:**

Ziemniaki 200 g

Ryż 70 g

Makaron 70 g

Mięso 160 g

Surówka 100 g

Ryba 160 g

**Informujemy**, że potrawy przez nas przygotowywane jak i produkty gotowe, z których korzystamy zawierają lub mogą zawierać poniższe alergenry:

- 1). Zboża zawierające gluten ( tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) oraz produkty pochodne.
- 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.
- 8). Orzechy.
- 9). Seler i produkty pochodne.
- 10). Gorczyca i produkty pochodne.
- 11). Nasiona sezamu i produkty pochodne.
- 12). Dwutlenek siarki oraz siarczyny.
- 13). Łubin i produkty pochodne.
- 14). Mięczaki i produkty pochodne.