

Jadłospis

Poniedziałek 15.04.2024

- **Zupa jarzynowa, pieczywo mieszane – 250g**, składniki: ziemniaki 32%, **śmietana 18%** 15%, bukiet warzyw 11% (kalafior, brokuł, marchewka), zupa jarzynowa 11%, brokuł 5%, kalafior 5%, brukselka 5%, fasolka szparagowa zielona 5%, włoszczyzna 5% (marchewka, pietruszka, **seler korzeniowy**, por), **seler naciowy 2%**, koncentrat pomidorowy 30% 1%, **masło 82%** 1%, koper 1%, lubczyk, przyprawa naturalna warzywna: sól morską, warzywa suszone 19% (marchew, pasternak, natka pietruszki, cebula, por), cukier, kaszka kukurydziana, kurkuma mielona. Może zawierać: **gorczycę, seler, mąkę pszenną**), sól pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, koper. Chleb pszenno – żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, sól, drożdże mączka ziemniaczana, rat-fresko mix, może zawierać **jaja, soję, mleko, gorczycę**).
- **Sos mięsny węgierski – 120g**, składniki: szynka wieprzowa 60%, **śmietana 18%** 12%, cebula 12%, koncentrat pomidorowy 30% 11%, mąka **pszenna 2%**, olej rzepakowy 1%, mąka **pełnoziarnista 1%**, przyprawa naturalna warzywna: sól morską, warzywa suszone 19% (marchew, pasternak, natka pietruszki, cebula, por), cukier, kaszka kukurydziana, kurkuma mielona. Może zawierać: **gorczycę, seler, mąkę pszenną**), sól, przyprawa do wieprzowiny [czosnek, papryka słodka, kminek, **gorczyca** biała, tymianek, kolendra, cząber, rozmaryn, majeranek, pieprz czarny, chili, ziele angielskie, liść laurowy, sól oraz suszone warzywa, produkt może zawierać: **zboża zawierające gluten, jaja, mleko (łącznie z laktozą), soję, seler, orzeszki ziemne i sezam**], pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, estragon, tymianek, bazylika, czosnek.
- **Makaron rurka pełnoziarnisty – 130g**, składniki: mąka **pszenna** pełnoziarnista (produkt może zawierać **jaja**), sól.
- **Surówka coleslaw – 75g**, składniki: kapusta biała (73%), marchewka (13%), cebula (7%), olej słonecznikowy (7%) lub **śmietana 12%**, przyprawy.
- **Napój cytrynowy z miodem – 200g**, składniki: woda 95,5%, cytryna 3%, miód 1,5%. **Owoc**

Wtorek 16.04.2024

- **Zupa dyniowa z grzankami – 250g**, składniki: dynia 39%, marchewka 13%, ziemniaki 12%, pietruszka 10%, cebula 10%, grzanki 6% (mąka **pszenna**, olej rzepakowy, serwatka w proszku (z **mleka**), sól, cukier, **jaja** w proszku, drożdże) **śmietana 18%** 4%, olej rzepakowy 2%, **seler naciowy 2%**, por 1%, seler 1%, przyprawa naturalna warzywna: sól morską, warzywa suszone 19% ((marchew, pasternak, natka pietruszki, cebula, por), cukier, kaszka kukurydziana, kurkuma mielona. Może zawierać: **gorczycę, seler, mąkę pszenną**), sól, pieprz, imbir.
- **Kotlet mielony z indyka – 100g**, składniki: filet z indyka 55%, cebula 12%, **mleko 2%** 11%, **jaja 6%**, **bułka tarta 6%**, **bułka parówka 4%**, **kasza manna 3%**, olej rzepakowy 2%, czosnek, przyprawa naturalna warzywna: sól morską, warzywa suszone 19% (marchew, pasternak, natka pietruszki, cebula, por), cukier, kaszka kukurydziana, kurkuma mielona. Może zawierać: **gorczycę, seler, mąkę pszenną**), przyprawa do drobiu [sól, papryka słodka, cebula, owoc kolendry, czosnek (5%), cukier, kurkuma, **gorczyca** biała, imbir, majeranek, chili, kmin rzymski, kminek, goździki produkt może zawierać: **zboża zawierające gluten, jaja, mleko (łącznie z laktozą), soję, seler, orzeszki ziemne i sezam**], sól, pieprz, papryka słodka, curry, kurkuma.
- **Ziemniaki – 150g**, składniki: ziemniaki 99%, **masło 82%** 1%, sól.
- **Surówka z marchewki i jabłka – 75g**, składniki: marchewki (62%), jabłka (23%), **jogurt naturalny 9%** (12%).
- **Kompot wiśniowy – 200g**, składniki: woda 91%, wiśnia i mieszanka owocowa 7,5% (aronia 55%, jabłko 5%, truskawka 5%, jeżyna), cukier 1,5%.

Środa 17.04.2024

- **Zupa zacierkowa, pieczywo mieszane – 250g**, składniki: ziemniaki 52%, włoszczyzna 24 % (marchewka, pietruszka, **seler korzeniowy**, por), boczek wędzony 6% (80% mięsa wieprzowego może zawierać **soję i produkty pochodne**), makaron łazanka 6% (mąka **pszenna** makaronowa może zawierać **jaja**), cebula 6%, seler naciowy 3%, koper 2%, sól, przyprawa naturalna warzywna: sól morską, warzywa suszone 19% (marchew, pasternak, natka pietruszki, cebula, por), cukier, kaszka kukurydziana, kurkuma mielona. Może zawierać: **gorczycę, seler, mąkę pszenną**, sól, drożdże mączka ziemniaczana, rat-fresko mix, może zawierać **jaja, soję, mleko, gorczycę**). Chleb pełnoziarnisty - składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, słonecznik, **soja**, siemię lniane, drożdże, sól, olej, chleb sitkowy - skład: mąka **żytnia**, **pszenna** sól **drożdże**, **otręby**, woda, drożdże, sól.
- **Gołąbki z ryżem i mięsem, sos pomidorowy – 250g**, składniki: gołąbki 170g (kapusta, **ryż**, mięso wieprzowe, woda, sól, pieprz) 62%, sos pomidorowy 50g (**śmietana 18%** 26%, koncentrat pomidorowy 30% 17%, marchewka 17%, pietruszka 12%, mąka **pszenna** 12%, **seler 5%**, por 5%, **masło 82%** 5%, przyprawa naturalna warzywna: sól morską, warzywa suszone 19% (marchew, pasternak, natka pietruszki, cebula, por), cukier, kaszka kukurydziana, kurkuma mielona. Może zawierać: **gorczycę, seler, mąkę pszenną**) 38%.
- **Ziemniaki – 150g**, składniki: ziemniaki 99%, **masło 82%** 1%, sól.
- **Papryka czerwona- 50g**
- **Napój cytrynowy z miodem – 200g**, składniki: woda 95,5%, cytryna 3%, miód 1,5%.

Jadłospis

Czwartek 18.04.2024

- **Zupa włoska, pieczywo mieszane – 250g**, składniki: ziemniaki 40%, bukiet warzyw 13%, zupa jarzynowa 13%, włoszczyzna 6% (marchewka, pietruszka, **seler korzeniowy**, por), kukurydza konserwowa 10%, fasolka szparagowa zielona 6%, łopatką wieprzowa 5%, **makaron gwiazdka** 4% (mąka **pszenna** makaronowa, może zawierać **jaja**), **seler naciowy** 1%, koper 1%, przyprawa naturalna warzywna: sól morską, warzywa suszone 19% (marchew, pasternak, natka pietruszki, cebula, por), cukier, kaszka kukurydziana, kurkuma mielona. Może zawierać: **gorczycę, seler**, mąkę **pszenną**, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk. Chleb pszenno – żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, **woda**, sól, drożdże mączka ziemniaczana, rat-fresko mix, może zawierać **jaja**, **soję, mleko, gorczycę**). Chleb sitkowy - skład: mąka **żytnia**, **pszenna sól drożdże, otręby**, woda, drożdże, sól.
- **Potrawka z fileta drobiowego – 120g**, składniki: filet z indyka / kurczaka 71%, **śmietana 18%** 14%, mąka **pszenna** 6%, marchewka 4%, **masło 82%** 2,5%, olej rzepakowy 2%, przyprawa naturalna warzywna: sól morską, warzywa suszone 19% (marchew, pasternak, natka pietruszki, cebula, por), cukier, kaszka kukurydziana, kurkuma mielona. Może zawierać: **gorczycę, seler, mąkę pszenną**.), sól, czosnek, przyprawa do drobiu [sól, papryka słodka, cebula, owoc kolendry, czosnek (5%), cukier, kurkuma, **gorczyca** biała, imbir, majeranek, chili, kmin rzymski, kminek, goździki produkt może zawierać: **zboża zawierające gluten, jaja, mleko (łącznie z laktozą), soję, seler, orzeszki ziemne i sezam**], pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka, curry, kurkuma.
- **Kasza gryczana – 140g**, składniki: kasza gryczana biała 86%, **masło 82%** 11 %, siemię lniane 3%, sól.
- **Fasolka szparagowa żółta – 65g**, składniki: fasolka szparagowa 92% żółta, **masło 82%** 8%, sól.
- **Sok owocowy – 200ml**, składniki: sok jabłkowy/pomarańczowy/mieszany z soku zagęszczonego 100%.
- **Kompot owocowy – 200g**, składniki: woda 91%, mieszanka owocowa 7,5% (aronia 55%, jabłko 5%, truskawka5%, jeżyna), cukier 1,5%.

Piątek 19.04.2024

- **Zupa z łososiem, warzywami i pomidorami, pieczywo mieszane – 250g**, składniki: ziemniaki 29%, pomidory krojone w puszcę w soku pomidorowym 29%, łosoś 14%, por 9%, marchewka 6%, pietruszka 6%, cebula 5%, olej 1,5%, koper 0,5% pieprz, sól, tymianek, oregano suszone. przyprawa naturalna warzywna: sól morską, warzywa suszone 19% (marchew, pasternak, natka pietruszki, cebula, por), cukier, kaszka kukurydziana, kurkuma mielona. Może zawierać: **gorczycę, seler**, mąkę **pszenną**, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk. Chleb pszenno – żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, **woda**, sól, drożdże mączka ziemniaczana, rat-fresko mix, może zawierać **jaja, soję, mleko, gorczycę**). Chleb sitkowy - skład: mąka **żytnia**, **pszenna sól drożdże, otręby**, woda, drożdże, sól.
- **Pierogi ruskie z tłuszczem – 210g**, składniki: ciasto (mąka **pszenna**, woda) - 47%, farsz-48% (ziemniaki-65%, **twaróg**-30%, cebula, przyprawa-5%), tłuszcz (słonina, boczek surowy b/ż) 5%.
- **Surówka z kiszzonego ogórka – 70g**, składniki: ogórek kiszony 63% (ogórek, czosnek, koper, chrzan, przyprawy, woda), marchewka 21%, cebula 10%, olej słonecznikowy 4%, cukier 2%, sól, pieprz.
- **Kompot truskawkowy – 200g**, składniki: woda 91%, truskawka i mieszanka owocowa 7,5% (aronia 55%, jabłko 5%, truskawka 5%, jeżyna), cukier 1,5%.

Jadłospis

Poniedziałek 22.04.2024

- **Zupa kalafiorowa, pieczywo mieszane – 250g**, składniki: kalafior 37%, ziemniaki 31%, włoszczyzna 15% (marchewka, pietruszka, **seler korzeniowy**, por), **śmietana 18%** 14%, **seler naciowy 1%**, **masło 82%** 1%, przyprawa naturalna warzywna: sól morska, warzywa suszone 19% (marchew, pasternak, natka pietruszki, cebula, por), cukier, kaszka kukurydziana, kurkuma mielona. Może zawierać: **gorczycę, seler, mąkę pszenną**, sól pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, koper, lubczyk, Chleb pszenno – żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, **woda**, sól, drożdże mączka ziemniaczana, rat-fresko mix, może zawierać **jaja, soję, mleko, gorczycę**). Chleb pełnoziarnisty - skład: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, słonecznik, **soja**, siemię lniane, drożdże, sól, olej.
- **Sos mięsny– 120g**, składniki: szynka wieprzowa 70%, cebula 12%, pomidor krojony 10%, mąka **pszenna** 4%, mąka **pełnoziarnista** 2%, olej rzepakowy 2%, przyprawa naturalna warzywna: sól morska, warzywa suszone 19% (marchew, pasternak, natka pietruszki, cebula, por), cukier, kaszka kukurydziana, kurkuma mielona. Może zawierać: **gorczycę, seler, mąkę pszenną**.), sól, przyprawa do wieprzowiny [czosnek, papryka słodka, kminek, **gorczyca** biała, tymianek, kolendra, cząber, rozmaryn, majeranek, pieprz czarny, chili, ziele angielskie, liść laurowy, sól oraz suszone warzywa, produkt może zawierać: **zboża zawierające gluten, jaja, mleko (łącznie z laktozą), soję, seler, orzeszki ziemne i sezam]**, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, estragon, tymianek, bazylija, czosnek.
- **Ryż – 140g**, składniki: ryż paraboliczny 90%, **masło 82%** 10%, sól.
- **Salata ze śmietaną – 50g**, składniki: sałata zielona 80%, **jogurt naturalny 9%** 8%, **śmietana 18%** 8%, szczypior 4%, pieprz, sól.
- **Napój cytrynowy z miodem – 200g**, składniki: woda 95,5%, cytryna 3%, miód 1,5%. **Owoc**

Wtorek 23.04.2024

- **Zupa barszcz biały z jajkiem i kiełbasą, pieczywo mieszane – 250g**, składniki: **jaja** 25%, kiełbasa podwawelska 20% (mięso wieprzowe 82%, woda, białko zwierzęce,), **śmietana 18%** 14%, marchewka 12%, pietruszka 9%, cytryna 7%, **seler korzeniowy** 4%, por 3%, chrzan tarty 3% (chrzan tarty 71%, woda, cukier, olej rzepakowy, kwas cytrynowy, **mleko** w proszku, sól, przeciwutleniające, pirosiarczan sodu), **seler naciowy 2%**, sól, lubczyk, przyprawa naturalna warzywna: sól morska, warzywa suszone 19% (marchew, pasternak, natka pietruszki, cebula, por), cukier, kaszka kukurydziana, kurkuma mielona. Może zawierać: **gorczycę, seler, mąkę pszenną**, liść laurowy, pieprz, ziele, angielskie. Chleb pszenno – żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, **woda**, sól, drożdże mączka ziemniaczana, rat-fresko mix, może zawierać **jaja, soję, mleko, gorczycę**). Chleb pełnoziarnisty - skład: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, słonecznik, **soja**, siemię lniane, drożdże, sól, olej.
- **Kluski śląskie z tłuszczem – 210g**, składniki: {(ziemniaki 70%, mąka **ziemniaczana** 25%, **jaja**, woda, olej rzepakowy)} 95%, tłuszcz (**masło 82%** lub boczek surowy b/ż, słonina) 5%.
- **Surówka z białej kapusty – 80g**, składniki: kapusta białej 56%, jabłko 13%, ogórek kwaszony 12% (ogórek, czosnek, koper, chrzan, przyprawy, woda), marchewka 10%, **śmietana 18%** 7%, **majonez** 2% [olej rzepakowy rafinowany, musztarda (składa się z wody, octu, **gorzycy**, cukru, soli, przypraw), wody i **żółtek jaj kurzych** (7%)], cukier 2%, sól, pieprz.
- **Kompot wiśniowy – 200g**, składniki: woda 91%, wiśnia i mieszanka owocowa 7,5% (aronia 55%, jabłko 5%, truskawka 5%, jeżyna), cukier 1,5%.

Środa 24.04.2024

- **Zupa pomidorowa z ryżem – 250g**, składniki: ryż 19%, **śmietana 18%** 19%, marchewka 16%, koncentrat pomidorowy 30% 14%, pietruszka 12%, **seler korzeniowy** 6%, por 5%, łopatką wieprzowa 4%, **seler naciowy 2%**, **masło 82%**, 1%, koper 1%, sól, lubczyk, przyprawa naturalna warzywna: sól morska, warzywa suszone 19% (marchew, pasternak, natka pietruszki, cebula, por), cukier, kaszka kukurydziana, kurkuma mielona. Może zawierać: **gorczycę, seler, mąkę pszenną**.
- **Ryba w chrupiącej panierce – 100g**, składniki: **filet z mintaja** 67%, mąka (**pszenna**, kukurydziana), oleje roślinne (rzepakowy i palmowy), woda, skrobia (ziemniaczana, **pszenna**), sól drożdże, mąka z **gorzycy**, **mleko w proszku**, substancje spulchniające. Może zawierać: **jaja, seler, skorupiaki, mięczaki**.
- **Ziemniaki – 150g**, składniki: ziemniaki 99%, **masło 82%** 1%, sól.
- **Surówka z kiszzonej kapusty z ziołami prowansalskimi – 70g**, składniki: kapusta kiszona 79%, marchew 7%, cebula 7%, olej słonecznikowy 4%, cukier 3%, sól, zioła prowansalskie.
- **Napój cytrynowy z miodem – 200g**, składniki: woda 95,5%, cytryna 3%, miód 1,5%.

Czwartek 25.04.2024

Jadłospis

- **Zupa kapuśniak Mazurski, pieczywo mieszane – 250g**, składniki: kapusta kiszona 51% (kapusta, sól, marchewka), ziemniaki 26%, włoszczyzna 6% (marchewka, pietruszka, **seler korzeniowy**, por), boczek wędzony 6% (80% mięsa wieprzowego może zawierać **soję i produkty pochodne**), cebula 5%, **seler naciowy** 2,5%, koncentrat pomidorowy 2,5%, majeranek, lubczyk, sól, przyprawa naturalna warzywna: sól morska, warzywa suszone 19% (marchew, pasternak, natka pietruszki, cebula, por), cukier, kaszka kukurydziana, kurkuma mielona. Może zawierać: **gorczycę, seler, mąkę pszenną**, liść laurowy, pieprz, ziele angielskie. Chleb pszenno – żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, sól, drożdże mączka ziemniaczana, rat-fresco mix, może zawierać **jaja, soję, mleko, gorczycę**). Chleb pełnoziarnisty - skład: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, słonecznik, **soja**, siemię lniane, drożdże, sól, olej.
- **Pulpet drobiowy z soczewicą – 80g**, składniki: filet z kurczaka 50%, **soczewica** 15%, marchewka 8%, **jaja** 7%, pietruszka 6%, **seler** 3%, **por** 3% mąka **pszenna** 3%, masło **82%** 1%, **bułka parówka** 1%, przyprawa naturalna warzywna: sól morska, warzywa suszone 19% (marchew, pasternak, natka pietruszki, cebula, por), cukier, kaszka kukurydziana, kurkuma mielona. Może zawierać: **gorczycę, seler, mąkę pszenną**), sól, czosnek, przyprawa do drobiu [sól, papryka słodka, cebula, owoc kolendry, czosnek (5%), cukier, kurkuma, **gorczyca** biała, imbir, majeranek, chili, kmin rzymski, kminek, goździki produkt może zawierać: **zboża zawierające gluten, jaja, mleko (łącznie z laktozą), soję, seler, orzeszki ziemne i sezam]**, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka, curry, kurkuma.
- **Kasza Bulgur – 140g**, składniki: kasza Bulgur 89% (**pszenica** duru 70%, makaron vermicelli z pszenicy duru 30%) **masło 82%** 11%, sól.
- **Sos pieczarkowy – 50g**, składniki: pieczarka 50%, śmietana 18%, marchewka 8%, mąka **pszenna** 8%, pietruszka 8%, por 3%, seler 3%, masło 1%, przyprawa naturalna warzywna: sól morska, warzywa suszone 19% (marchew, pasternak, natka pietruszki, cebula, por), cukier, kaszka kukurydziana, kurkuma mielona. Może zawierać: **gorczycę, seler, mąkę pszenną**), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie.
- **Ogórek kiszony – 50g**, składniki: (ogórek, czosnek, koper, chrzan, przyprawy, woda).
- **Kompot owocowy – 200g**, składniki: woda 91%, mieszanka owocowa 7,5% (aronia 55%, jabłko 5%, truskawka 5%, jeżyna), cukier 1,5%.

Piątek 26.04.2024

- **Zupa toskańska , pieczywo mieszane– 250g**, składniki: marchewka 85g, cebula 35g, pomidory krojone w puszcze w soku pomidorowym 30g, cukinia 30g, fasola biała nawy 15g , ser ementaler 2,5(bakterie fermentacji mlekowej, **mleko**, chlorek wapnia, barwnik, sól), szpinak 10g, olej rzepakowy 8g, czosnek, majeranek, oregano, sól, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk, przyprawa naturalna warzywna: sól morska, warzywa suszone 19% (marchew, pasternak, natka pietruszki, cebula, por), cukier, kaszka kukurydziana, kurkuma mielona. Może zawierać: **gorczycę, seler, mąkę pszenną**. Chleb pszenno – żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, sól, drożdże mączka ziemniaczana, rat-fresco mix, może zawierać **jaja, soję, mleko, gorczycę**). Chleb sitkowy - skład: mąka **żytnia, pszenna** sól **drożdże, otręby**, woda, drożdże, sól.
- **Naleśniki z serem i polewą jogurtowo – śmietanową – 250g**, składniki: ciasto naleśnikowe (mąka **pszenna, mleko, jajka, olej**) 40%, farsz (**twaróg 35%, mleko 10%**, cukier 6%, cukier waniliowy) 40%, polewa (**jogurt naturalny 9% 63%, śmietana 18% 31%, cukier 6% 20%**).
- **Owoc**

Stołówka zastrzega sobie prawo do zmian w proponowanym jadłospisie.

Poniedziałek 15.04.2024

Jadłospis

Śniadanie - Bułka grahamka, masło 82%, twarożek z rzodkiewką, poledwica wieprzowa,

pomidor – składniki: bułka grahamka 50g (mąka graham, mąka pszena, drożdże, cukier, olej, sól może zawierać soje, mleko, gorczycę), twarożek 30g (twaróg półtłusty 20g, śmietana 12%/ 10g), poledwica wieprzowa 15g (mięso wieprzowe 90%, woda, białko sojowe, gluten, mleko, jaja, gorczyca, sezam, seler, dwutlenek siarki, siarczany, sól), masło 82% 10g (śmietanka pasteryzowana z mleka, kultury bakterii mlekowych), pomidor 15g, rzodkiewka 10g. **Kawa inka z mlekiem – 180g**, składniki: mleko 2% 96%, kawa inka 1,5% [zboża prażone 72% (jęczmień, żyto), cykorja, burak cukrowy], cukier 2,5%.

Podwieczorek - Drożdżówka z makiem – 50g, składniki: mąka pszena, cukier, jaja kurze, drożdże, margaryna, olej, mak, sól, może zawierać orzechy.

Wtorek 16.04.2024

Śniadanie - Pieczywo mieszane, masło 82%, poledwica wieprzowa, ser żółty, ogórek zielony,

sałata – składniki: Chleb pszenno – żytni 50g (mąka pszena, mąka żytnia, woda, sól, drożdże mączka ziemniaczana, rat-fresco mix, może zawierać jaja, soję, mleko, gorczycę), poledwica wieprzowa 20g (mięso wieprzowe 90%, woda, białko sojowe, gluten, mleko, jaja, gorczyca, sezam, seler, dwutlenek siarki, siarczany, sól), ser żółty 10g (bakterie fermentacji mlekowej, mleko, chlorek wapnia, barwnik, sól) ogórek zielony 15g, masło 82% 10g (śmietanka pasteryzowana z mleka, kultury bakterii mlekowych), sałata 5g. **Herbata z cytryną – 180g**, składniki: woda 96%, cukier 2,5%, cytryna 1%, herbata czarna w saszetkach 0%.

Podwieczorek - Jogurt naturalny – 150g, składniki: mleko, żywe kultury bakterii jogurtowych. **Jabłko**

Środa 17.04.2024

Śniadanie - Bułka maślana, masło 82%, dżem brzoskwiniowy, masło orzechowe, marchewka,

kalarepa – składniki: bułka maślana 50g (mąka pszena, woda, cukier, margaryna, olej, jaja, kruszonka, cukier waniliowy drożdże, emulgatory może zawierać orzechy ziemne, soje), dżem 20g (brzoskwinia, zagęszczony sok jabłkowy, pektyny), masło orzechowe 8g (orzeczki ziemne 100%), marchewka 15g, kalarepa 10g masło 82% 5g (śmietanka pasteryzowana z mleka, kultury bakterii mlekowych). **Kakao – 180g**, składniki: mleko 2% (96%) cukier 2,5% kakao o obniżonej zawartości tłuszczu 1,5% (10% ziarna kakaowego).

Podwieczorek – Sałatka jarzynowa, bułka parówka, masło 82% – 135g, składniki: marchewka 20%, pietruszka 10%, seler 10%, ziemniak 10%, ogórek kiszony 10%, śmietana 12% 12%, jaja 14%, groszek konserwowy 8%, jabłko 6%, pieprz, sól, bułka parówka 30g (mąka pszena, margaryna, drożdże, cukier, sól), masło 82% 5g.

Czwartek 18.04.2024

Śniadanie - Bułka pszena, masło 82%, serek puszysty ze szczypiorkiem, szynka z indyka,

ogórek zielony, papryka – składniki: bułka zwykła 50g (mąka pszena, woda, drożdże, cukier, mąka żytnia, sól, margaryna, olej rzepakowy, mąka sojowa, kwas askorbinowy), serek puszysty ze szczypiorkiem 15g (ser twarogowy, odtłuszczone mleko w proszku, cebula, sól, czosnek, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, ziola 0,1%, naturalne aromaty), wędlina drobiowa 15g (mięso z indyka 97%, woda, białka roślinne, substancje zagęszczające, sól, przyprawy, może zawierać: gluten, jaja, mleko, gorczycę), ogórek zielony 15g, papryka 15g. **Herbata z cytryną – 180g**, składniki: woda 96%, cukier 2,5%, cytryna 1%, herbata czarna w saszetkach 0%.

Podwieczorek – Budyń waniliowy - 150g, składniki: mleko 2%, budyń: skrobia (ziemniaczana 39,5%, kukurydziana), cukier, aromat, barwniki (kurkumina, karoteny). **Biszkopty – 20g**, składniki: mąka pszena, świeże jaja, cukier.

Piątek 19.04.2024

Śniadanie - Płatki ryżowe na mleku – 180g, składniki: mleko 2% 94%, płatki ryżowe 6%. **Pieczywo**

mieszane, masło 82%, pasta z jajek i makreli, ogórek kiszony, sałata – składniki: Chleb pszenno – żytni 35g (mąka pszena 44,1%, mąka żytnia 29,4%, woda, sól, drożdże, mak, środek do przetwarzania mąki, kwas askorbinowy), makrela 5g (filet z makreli, olej roślinny, woda, sól), jaja 8g, majonez 5g [olej rzepakowy rafinowany, musztarda (składa się z wody, octu, gorczycy, cukru, soli i przypraw), wody i żółtek jaj kurzych (7%)] ogórek kiszony 30g (ogórek, czosnek, koper, chrzan, przyprawy, woda), masło 82% 5g (śmietanka pasteryzowana z mleka, kultury bakterii mlekowych), sałata 5g.

Podwieczorek - Chrupki kukurydziane – 25g, składniki: grys kukurydziany. **Kalarepka słupki**.

Jadłospis

Poniedziałek 22.04.2024

Śniadanie - Pieczywo mieszane, masło 82%, szynka z indyka, ser żółty, papryka czerwona, sałata – składniki: Chleb pszenno – żytni 50g (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, sól, drożdże mączka ziemniaczana, rat-fresco mix, może zawierać **jaja, soję, mleko, gorczycę**), wędlina drobiowa 15g (filet z indyka 97%, woda, sól, substancja konserwująca może zawierać: **soję, gorczycę**), ser żółty 15g (bakterie fermentacji mlekowej, **mleko**, chlorek wapnia, barwnik, sól), papryka czerwona 20g, **masło 82%** 10g (**Śmietanka** pasteryzowana z **mleka**, kultury bakterii **mlekowych**), sałata 5g. **Herbata z cytryną – 180g**, składniki: woda 96%, cukier 2,5%, cytryna 1%, herbata czarna w saszetkach 0%.

Podwieczorek - Drożdżówka z jabłkiem – 50g, składniki: mąka **pszenna**, cukier, **jaja kurze**, drożdże, margaryna, olej, jabłko, sól, może zawierać **orzechy**.

Wtorek 23.04.2024

Śniadanie - Bułka pszenna, masło 82%, twarożek ze szczypiorkiem, szynka wieprzowa, pomidor – składniki: bułka pszenna 50g (mąka **pszenna**, cukier, drożdże, **margaryna**, mąka ziemniaczana, sól, olej, może zawierać **jaja, soję, gorczycę**), twarożek 30g (twaróg półtłusty 20g, śmietana 12%/ 10g, szynka wieprzowa 15g (mięso wieprzowe 90%, woda, białko **sojowe**, gluten, **mleko, jaja, gorczyca, sezam, seler, dwutlenek siarki, siarczany, sól**)**masło 82%** 5g (**śmietanka** pasteryzowana z **mleka**, kultury bakterii **mlekowych**), pomidor 30g, szczypior 2g. **Kawa inka z mlekiem – 180g**, składniki: **mleko 2%** 96%, kawa inka 1,5% [**zboża prażone 72%** (jęczmień, żyto), cykorcia, burak cukrowy], cukier 2,5%.

Podwieczorek - Wafle ryżowe z polewą malinową –24g, składniki: ryż 68% (brązowy, biały), polewa malinowa 32%, nieutwardzone tłuszcze roślinne (palmowy, shea) w zmiennych proporcjach, cukier, substancje słodzące: maltitole, serwatka w proszku (z **mleka**), malina liofilizowana 1,25%, emulgator: lecytyny (z **soi**), sól, aromaty. Może zawierać **gluten, orzeszki arachidowe** i inne **orzechy**. **Jabłko**

Środa 24.04.2024

Śniadanie - Pieczywo mieszane, masło 82%, parówki wieprzowe, ser żółty, ogórek zielony, papryka, ketchup – składniki: Chleb pszenno – żytni 50g (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, sól, drożdże mączka ziemniaczana, rat-fresco mix, może zawierać: **jaja, soję, mleko, gorczycę**), parówki wieprzowe 60g (mięso wieprzowe 92,6%, sól, błonnik **pszenny**, kasza **manna**, przyprawy: **gorczyca** i produkty pochodne: **dwutlenek siarki** i **siarczany**, wzmacniacz smaku), ser żółty 10g (bakterie fermentacji mlekowej, **mleko**, chlorek wapnia, barwnik, sól), ogórek 15g, papryka 15g, ketchup 5g (pomidory 205g w 100g produktu, cukier, ocet spirytusowy, sól, oraz przyprawy), **masło 82%** 10g (**śmietanka** pasteryzowana z **mleka**, kultury bakterii **mlekowych**). **Herbata z cytryną – 180g**, składniki: woda 96%, cukier 2,5%, cytryna 1%, herbata czarna w saszetkach 0%.

Podwieczorek – Serek waniliowy – 150g, składniki: **śmietanka**, cukier, naturalny, aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych. **Kalarepa**

Czwartek 25.04.2024

Śniadanie - Pieczywo mieszane, masło 82%, kielbasa podwawelska, ser żółty, ogórek zielony, sałata – składniki: Chleb pszenno – żytni 50g (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, sól, drożdże mączka ziemniaczana, rat-fresco mix, może zawierać **jaja, soję, mleko, gorczycę**), kielbasa podwawelska 20% (mięso wieprzowe 82%, woda, białko zwierzęce), ser żółty 15g (bakterie fermentacji mlekowej, **mleko**, chlorek wapnia, barwnik, sól) , ogórek zielony 20g, **sałata, masło 82%** 10g (**śmietanka** pasteryzowana z **mleka**, kultury bakterii **mlekowych**), sałata 5g. **Herbata z cytryną – 180g**, składniki: woda 96%, cukier 2,5%, cytryna 1%, herbata czarna w saszetkach 0%.

Podwieczorek – Ciastka z jagodami - 50g, składniki: produkty pochodzące ze zbóż 67,2% (mąka: **pszenna, pszenna** pełnoziarnista, **żytnia, jęczmienna**; pełnoziarniste płatki: **owsiane, orkiszowe**), substancja słodząca: maltitole; olej słonecznikowy, kostka żelowa jagoda-granat 3,5 % (owoce: skoncentrowane puree jabłkowe, skoncentrowany sok jabłkowy, puree z jagody 29 %, skoncentrowany sok z granatu, skoncentrowany sok z jagody 3 %, substancja żelująca: pektyna; błonnik cytrusowy, naturalny aromat jagodowy), serwatka w proszku (z **mleka**), substancje spulchniające: węglany sodu, węglany amonu; sól morską, aromaty. Produkt może zawierać **soję** oraz **orzechy**. **Sok przecierowy – 150ml**, składniki: woda, przeciery z: marchwi (28%) i bananów (14%), sok jabłkowy z zagęszczonego soku (11%), cukier trzcinowy, regulator kwasowości - kwas cytrynowy, witamina C, aromat.

Jadłospis

Piątek 26.04.2024

Śniadanie - Płatki kukurydziane z mlekiem – 180g, składniki: mleko 2% 86%, płatki kukurydziane 14% (mąka kukurydziana 92%, ekstrakt słodowy jęczmienny, cukier, sól). **Bułka pszenna, masło 82%, masło 82%, serek wiejski, szynka z indyka, pomidor, sałata** – składniki: bułka pszenna 50g (mąka pszenna, cukier, drożdże, margaryna, mąka ziemniaczana, sól, olej, może zawierać jaja, soje, gorczycę), serek wiejski 30g(twaróg ziarnisty, śmietanka pasteryzowana, sól), szynka z indyka 15g (filet z indyka 97%, woda, białka roślinne, substancje zagęszczające, sól, przyprawy, może zawierać: gluten, jaja, mleko, gorczycę) pomidor 15g, sałata 10g, masło 82% (śmietanka pasteryzowana z mleka, kultury bakterii mlekowych). **Herbata z cytryną – 180g**, składniki: woda 96%, cukier 2,5%, cytryna 1%, herbata czarna w saszetkach 0%.

Podwieczorek Kisiel z ananase - 150g, składniki: kisiel [cukier, skrobia ziemniaczana 42,6%, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), koncentraty roślinne 0,4% (marchwi i hibiskusa, krokosza), witamina C, maltodekstryna, aromaty, sól]. **Herbatniki – 16g**, składniki: mąka pszenna, cukier, olej rzepakowy, kokosowy, tłuszcz palmowy, serwatka w proszku, soja, orzechy, jaja.

Stołówka zastrzega sobie prawo do zmian w proponowanym jadłospisie.

Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady UE 2011 r.- oznakowanie towarów 2015/2016

W Polsce od 13.12.2014 obowiązuje Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) Nr 1169/2011 z dnia 25.10.2011r w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności, na opakowaniu, oprócz wykazu składników, musi być podana informacja o obecności w produkcie składników uznawanych za główne przyczyny reakcji alergicznych.

Lista alergenów będąca załącznikiem do w/w rozporządzenia obejmuje z pewnymi wyjątkami określonymi w rozporządzeniu następujące produkty:

1. **Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień owies, orkisz, kamut, lub inne odmiany hybrydowe) oraz produkty hybrydowe.**
2. **Skorupiaki i produkty pochodne.**
3. **Jaja i produkty pochodne.**
4. **Ryby i produkty pochodne.**
5. **Orzeszki ziemne, arachidowe, i produkty pochodne.**
6. **Soję i produkty pochodne.**
7. **Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą).**
8. **Seler i produkty pochodne.**
9. **Nasiona sezamu i produkty pochodne.**
10. **Dwutlenek siarki (używany jako substancja antyutleniająca i utrwalająca, obecna na przykład w owocach suszonych, winie, przetworzonych ziemniakach).**
11. **Łubin produkty pochodne.**
12. **Mięczaki i produkty pochodne.**
13. **Gorczyca i produkty pochodne.**
14. **Orzechy tj. migdały, orzechy laskowe, nerkowca, włoskie pekan, brazylijski, pistacje makadamia i produkty pochodne.**

Jadłospis