



PLACÓWKA:

KOLISTA

DATA:

25.11-06.12.2024r.

OBIAŁ	
Poniedziałek 25.11	Zupa soczewicowa z ziemniakami (zawiera: seler) 350ml Penne z warzywami (brokuły, kolorowa fasolka szparagowa, pietruszka, kukurydza) i żółtym serem (zawiera: pszenicę, mleko) 220g, surówka z marchewki, pora i jabłka (zawiera: mleko) 80g, kompot cytrusowy z miętą 200ml <i><u>DESER – Banan 1szt</u></i>
Poniedziałek 02.12	Zupa jarzynowa z jarmużem i ziemniakami (zawiera: mleko, seler) 350ml Makaron łazanki z kiszoną i białą kapustą oraz kawałkami mięsa z szynki wieprzowej (zawiera: pszenicę) 220g, mini marchewki na parze 80g, kompot cytrynowy z dziką różą 200ml <i><u>DESER – Kiwi 1szt.</u></i>
Wtorek 26.11	Zupa koperkowa z ryżem (zawiera: mleko, seler) 350ml Udko pieczone z kurczaka 1szt., ziemniaki 150g, surówka z kapusty pekińskiej z dresingiem jogurtowo – czosnkowym (zawiera: mleko) 40g, marchewka z groszkiem (zawiera: pszenicę) 40g, kompot gruszkowy z cynamonem 200ml <i><u>DESER – Biszkopty bez cukru (zawiera: pszenicę, jaja, mleko) 20g</u></i>
Wtorek 03.12	Żurek z jajkiem i ziemniakami (zawiera: pszenicę, seler) 350ml Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 150g, ryż paraboliczny 150g, buraczki pieczone 40g, sałata lodowa z winegret (zawiera: gorczycę) 40g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml <i><u>DESER – Kisiel truskawkowy 150ml</u></i>
Środa 27.11	Zupa ogórkowa z ziemniakami (zawiera: pszenicę, seler, mleko) 350ml Klopsik wieprzowy w sosie własnym (zawiera: pszenicę, jaja) 80/80g, kasza pęczak (zawiera: jęczmień) 150g, surówka z buraczków z papryką 40g, surówka z białej kapusty z koperkiem 40g, kompot cytrusowy z melisą 200ml <i><u>DESER – Mandarynka 1szt.</u></i>
Środa 04.12	Rosół z makaronem i natką pietruszki (zawiera: seler, pszenicę) 350ml Filet z mintaja pieczony (zawiera: ryby, pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki 150g, surówka z ogórka kiszzonego 40g, warzywa po grecku (zawiera: seler) 40g, kompot jabłkowy z miętą 200ml <i><u>DESER – Jabłko 1szt</u></i>
Czwartek 28.11	Zupa pomidorowa z makaronem (zawiera: seler, pszenicę, mleko) 350ml Stripsy z mintaja i dorsza (zawiera: ryby, pszenicę) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z kapusty kiszzonej 40g, kalafior na parze 40g Kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml <i><u>DESER – Shake jogurtowo-truskawkowy (zawiera: mleko) 150ml</u></i>
Czwartek 05.12	Krupnik jęczmienny z lubczykiem (zawiera: jęczmień, seler) 350ml Nuggetsy drobiowe z panierce (zawiera: jaja, pszenicę) 80g, ziemniaki 150g, kalafior i brokuł na parze ze słonecznikiem 40g, surówka z selera i kalarepki z jabłkiem (zawiera: seler, mleko) kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml <i><u>DESER – Bio sezamki (zawiera: pszenicę, sezam) 20g</u></i>
Piątek 29.11	Krem z dyni z grzankami (zawiera: pszenicę, żyto, seler) 350ml Kopytka z białym serem (zawiera: pszenicę, jaja, mleko) 220g, surówka z marchewki i jabłka 80g, kompot jabłkowy z goździkami 200ml <i><u>DESER – Gruszka 1szt</u></i>
Piątek 06.12	Barszcz ukraiński z fasolą białą i ziemniakami (zawiera: seler, pszenica, mleko) 350ml Ryż z jabłkami (zawiera: mleko) 220g, polewa jogurtowo-waniliowa (zawiera: mleko) 80ml, surówka z marchewki z pestkami dyni 80g, kompot cytrusowy z melisą 200ml <i><u>DESER – Mandarynka 1szt</u></i>

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. Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

Opracowano przez: dietetyk Olę Będzińską i dietetyk Wioletę Jakubowską