



PLACÓWKA: <b>KOLISTA</b>		DATA: <b>09-20.12.2024r.</b>	
OBIAD			
Poniedziałek 09.12	Zupa koperkowa z ryżem zabieleną (zawiera: <b>seler, mleko</b> ) 350ml Kotlet mielony wieprzowy (zawiera: <b>pszenicę, jaja</b> ) 80g, ziemniaki 150g, surówka z kapusty pekińskiej z dipem jogurtowym (zawiera: <b>mleko</b> ) 40g, marchewka z groszkiem (zawiera: <b>pszenicę</b> ) 40g Kompot cytrusowy z melisą 200ml <b>DESER – Gruszka 1szt.</b>	Poniedziałek 16.12	Zupa brokułowa z ziemniakami (zawiera: <b>pszenicę, mleko, seler</b> ) 350ml Makaron z sosem neapolitańskim z mozzarellą (zawiera: <b>pszenicę, mleko</b> ) 220g, surówka z białej kapusty 40g, kalafior z ziarnami słonecznika 40g, kompot cytrusowy z melisą i miodem 200ml <b>DESER – Bio herbatniki bez cukru (zawiera: <b>pszenicę</b>) 20g</b>
Wtorek 10.12	Zupa jarzynowa z dynią i ziemniakami (zawiera: <b>seler, pszenicę, mleko</b> ) 350ml Potrawka z indyka (zawiera: <b>pszenicę, mleko</b> ) 150g, kasza pęczak (zawiera: <b>jęczmień</b> ) 150g, surówka wielowarzywna z białej i czerwonej kapusty 40g, ogórek kiszony 40g, kompot jabłkowy 200ml <b>DESER – Shake bananowo - kakaowy (zawiera: <b>mleko</b>) 150ml</b>	Wtorek 17.12	Rosół z makaronem (zawiera: <b>seler, pszenicę</b> ) 350ml Gulasz wieprzowy (zawiera: <b>pszenicę</b> ) 150g, ziemniaki 150g, mini marchewki na parze 40g, surówka z kukurydzy, pora i jabłka (zawiera: <b>mleko</b> ) 40g Kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczką, śliwka) 200ml <b>DESER – Jabłko 1szt.</b>
Środa 11.12	Krupnik z trzech kasz (biała gryczana, pęczak, jaglana) z natką pietruszki (zawiera: <b>jęczmień, seler</b> ) 350ml Stripsy z mintaja i dorsza (zawiera: <b>ryby, pszenicę</b> ) 80g, ziemniaki 150g, fasolka szparagowa z kalafiorem i bułką tartą (zawiera: <b>pszenicę</b> ) 40g, surówka z kapusty kiszzonej 40g, kompot cytrusowo - jabłkowy 200ml <b>DESER – Jabłko 1szt.</b>	Środa 18.12	Zupa grysikowa z natką pietruszki (zawiera: <b>seler, pszenicę</b> ) 350ml Kluski ziemniaczane z mięsem (zawiera: <b>gorczycę, soję</b> ) 5szt., sałatka szwedzka z ogórka kiszzonego z cebulką (zawiera: <b>gorczycę</b> ) 80g Kompot cytrusowy z imbirem 200ml <b>DESER – Gruszka 1szt.</b>
Czwartek 12.12	Zupa ogórkowa z ziemniakami (zawiera: <b>seler, mleko, pszenicę</b> ) 350ml Kotlet schabowy (zawiera: <b>pszenicę, jaja</b> ) 80g, ziemniaki 150g, sałata lodowa z winegret i ziarnami słonecznika (zawiera: <b>gorczycę</b> ) 40g, surówka z buraczków z cebulką 40g, kompot śliwkowo - jabłkowy 200ml <b>DESER – Bio batonik orkiszowo – owsiany (zawiera: <b>mleko, pszenicę orkisz, owies</b>) 1szt.</b>	Czwartek 19.12	Zupa jarzynowa z cukinią i ziemniakami (zawiera: <b>seler, mleko, pszenicę</b> ) 350ml Kurczak po meksykańsku (zawiera: <b>pszenicę</b> ) 150g, ryż paraboliczny 150g, kapusta pekińska z dressingiem cytrynowym 40g, zielona fasolka szparagowa na parze 40g Kompot cytrusowy z melisą 200ml <b>DESER – Koktajl truskawkowy (zawiera: <b>mleko</b>) 150ml</b>
Piątek 13.12	Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami (zawiera: <b>mleko, pszenicę, żyto, seler</b> ) 350ml Makaron z serem (zawiera: <b>mleko, pszenicę</b> ) 220g, polewa jogurtowo – truskawkowa (zawiera: <b>mleko</b> ) 80ml, surówka z marchewki i ananasa 80g, kompot cytrusowy z gruszką i imbirem 200ml <b>DESER – Banan 1szt.</b>	Piątek 20.12	Wigilijny barszcz czerwony z żąnkami (zawiera: <b>seler, pszenicę</b> ) 350ml Miruna pieczona (zawiera: <b>rybę, pszenicę, jaja</b> ) 80g, ziemniaki 150g, warzywa po grecku (zawiera: <b>seler</b> ) 80g, wigilijny kompot z suszonych jabłek 200ml <b>DESER – Mandarynka 1szt.</b>

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 Olęę Będziańską i dietetyk Wioletęę Jakubowską**