



PLACÓWKA:
KOLISTA

DATA:
15-25.09.2025r.

OBIAD

Poniedziałek 15.09	Zupa jarzynowa z dynią i ziemniakami (zawiera: mleko, seler) 350ml Tradycyjny gulasz wieprzowy (zawiera: pszenica) 150g, kasza jęczmienna (zawiera: jęczmień) 150g, sałata z winegret (zawiera: gorczyce) 40g, ogórek kiszony słupki 40g, kompot cytrusowy z melisą 200ml <u>DESER – Śliwki 100g</u>	Poniedziałek 22.09	Krupnik jęczmienny z lubczykiem (zawiera: seler, jęczmień) 350ml Kotlet mielony (zawiera: pszenica, jaja) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, surówka colesław 40g, brokuł na parze 40g, kompot cytrusowy z miętą 200ml <u>DESER – Bio ciasteczka owsiane bez cukru (zawiera: owies, pszenicę, mleko) 20g</u>
Wtorek 16.09	Zupa pomidorowa z makaronem (zawiera: seler, mleko, pszenicę) 350ml Udko pieczone z kurczaka 1szt., ziemniaki z koperkiem 150g, mizeria (zawiera: mleko) 40g, kalafior z bułką tartą (zawiera: pszenicę) 40g, kompot śliwkowo - gruszkowy 200ml <u>DESER – Ciasto marchewkowe (zawiera: pszenicę, jaja) 60g</u>	Wtorek 23.09	Barszcz czerwony z ziemniakami (zawiera: seler, mleko, pszenicę) 350ml Kurczak w sosie śmietanowym (zawiera: pszenica, mleko) 80/80g, makaron penne (zawiera: pszenicę) 150g, fasolka szparagowa na parze 40g, sałata lodowa ze szczypiorkiem i pestkami dyni 40g, kompot truskawkowo - jabłkowy 200ml <u>DESER – Brzoskwinia ufo 1szt.</u>
Środa 17.09	Krem z białych warzyw z grzankami (zawiera: seler, pszenicę, żyto, mleko) 350ml Leczo z kawałkami indyka (zawiera: pszenicę) 150g, ryż paraboliczny 150g, buraczki z dresingiem czosnkowym (zawiera: gorczyce) 40g, surówka z kapusty pekińskiej (zawiera: gorczyce) 40g, kompot cytrusowy z miętą 200ml <u>DESER – Banan 1szt.</u>	Środa 24.09	Zupa fasolowa z ziemniakami (zawiera: seler, pszenica) 350ml Knedlik drożdżowy (zawiera: mleko, pszenicę, jaja) 150g, polewa jogurtowo – jagodowa (zawiera: mleko) 80g, marchew w plasterkach do chrupania 80g, kompot cytrusowy z melisą 200ml <u>DESER – Nachosy kukurydziane 1szt.</u>
Czwartek 18.09	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (zawiera: seler) 350ml Naleśniki z serem/konfiturą owocową (zawiera: pszenicę, jaja, mleko) 2szt., polewa truskawkowo - jogurtowa (zawiera: mleko) 80g, surówka z marchewki i jabłka 80g, kompot cytrusowy z dziką różą i jabłkami 200ml <u>DESER – Jabłko 1szt.</u>	Czwartek 25.09	Rosół z makaronem i natką pietruszki (zawiera: pszenicę, seler) 350ml Gołąbki hiszpańskie bez zawijania 2szt., sos pomidorowy (zawiera: pszenicę) 80g, sałata z kukurydzą, winegret i słonecznikiem (zawiera: gorczyce) 40g, buraczki pieczone 40g, kompot jabłkowy z cynamonem 200ml <u>DESER – Śliwki 100g</u>
Piątek 19.09	Zupa grysikowa z natką pietruszki (zawiera: seler, pszenicę) 350ml Stripsy z dorsza w panierce (zawiera: ryby, pszenicę) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, bukiet warzyw na parze (brokuł, marchewka, kukurydza) z oliwą 40g, sałatka szwedzka z ogórka kiszzonego z cebulką (zawiera: gorczyce) 40g, kompot jabłkowy 200ml <u>DESER – bułeczka drożdżowa z siemieniem lnianym (zawiera: pszenicę, jaja) 1szt.</u>	Piątek 26.09	Krem z dyni z grzankami (zawiera: seler, mleko, pszenicę) 350ml Filet z morszczuka w panierce (zawiera: ryby, jaja, pszenicę) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z kiszonej kapusty z jabłkiem 40g, brokuł z sezamem (zawiera: sezam) 40g, kompot cytrusowy z dziką różą 200ml <u>DESER – Jabłko 1szt.</u>

Pogrubioną czcionką **oznaczono alergen**y zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczyce, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wymienione alergen

Opracowano przez: dietetyk **Olę Będzińską** i dietetyk **Wioletę Jakubowską**