



PLACÓWKA:

KOLISTA

DATA:

27.10-07.11.2025r.

OBIAD			
Poniedziałek 27.10	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (zawiera: seler, mleko) 350ml Kurczak w pomidorach (zawiera: pszenicę) 150g, makaron penne (zawiera: pszenicę) 150g, sałata z winegret i ziarnami słonecznika (zawiera: gorczycę) 40g, cukinia pieczona 40g, rozgrzewający kompot ziołowy z melisą, cytryną i imbirem 200ml <u>DESER – Jabłko 1szt.</u>	Poniedziałek 04.11	Zupa jarzynowa z kapustą i ziemniakami (zawiera: seler) 350ml Spaghetti z sosem bolońskim z chudą wieprzowiną (zawiera: pszenicę) 220g, fasolka szparagowa na parze 80g, kompot cytrusowy z melisą i cytryną 200ml <u>DESER – Bio batonik orkiszowo-owsiany (zawiera: pszenicę, mleko, pszenicę orkisz, owies) 1szt.</u>
Wtorek 28.10	Krem brokułowy z grzankami (zawiera: seler, pszenicę, żyto, mleko) 350ml Kotlet mielony tradycyjny (zawiera: pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, buraczki z chrzanem 40g, surówka z kapusty pekińskiej 40g, kompot jabłkowy z goździkami 200ml <u>DESER – Ciasto dyniowo-marchewkowe własnego wypieku (zawiera: pszenicę, mleko, jaja) 50g</u>	Wtorek 05.11	Zupa ogórkowa ziemniakami (zawiera: seler, mleko) 350ml Frykadelki drobiowe (zawiera: pszenicę, jaja) 80g, sos ziołowy (zawiera: pszenicę, mleko) 80g, kasza pęczak (zawiera: jęczmień) 150g, surówka z buraczków z papryką 40g, sałata lodowa z winegret (zawiera: gorczycę) 40g Kompot wieloowocowy (jabłko, śliwka) 200ml <u>DESER – Banan 1szt.</u>
Środa 29.10	Zupa grochowa z ziemniakami (zawiera: seler) 350ml Pampuchy drożdżowe (zawiera: pszenicę, mleko, jaja) 3szt., polewa jogurtowo – wiśniowa (zawiera: mleko) 80ml, surówka z marchewki i jabłka 80g Kompot śliwkowy 200ml <u>DESER – Gruszka 1szt.</u>	Środa 06.11	Krem z dyni z grzankami (zawiera: seler, mleko, pszenicę, żyto) 350ml Pałki pieczone z kurczaka 1szt., ziemniaki z koperkiem 150g, mizeria (zawiera: mleko) 40g, kapusta na ciepło (zawiera: pszenicę) 40g, kompot śliwkowy 200ml <u>DESER – Rogal maślany (zawiera: pszenicę, jaja) 1szt.</u>
Czwartek 30.10	Zupa ryżowa z zielonym groszkiem (zawiera: seler) 350ml Kopytka (zawiera: pszenicę, jaja) z sosem mięsnym z zsynki wieprzowej (zawiera: pszenicę) 150/100g, ogórek kiszony słupki 80g <u>DESER – Bio sezamki (zawiera: pszenicę, sezam) 25g</u>	Czwartek 07.11	Zupa pomidorowa z makaronem (zawiera: pszenicę, seler, mleko) 350ml Stripsy z dorsza i mintaja (zawiera: pszenicę, ryby) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, brokuły na parze z dipem jogurtowo – czosnkowym (zawiera: mleko) 40g, surówka z kapusty pekińskiej z pestkami dyni 40g, kompot jabłkowy z cynamonem 200ml <u>DESER – Gruszka 1szt.</u>
Piątek 31.10	Rosół z zacierką jajeczną (zawiera: pszenicę, seler, jaja) 350ml Filet z mintaja w panierce (zawiera: jaja, pszenicę) 80g, ziemniaki 150g, surówka z kiszonej kapusty 40g, brokuł na parze 40g, kompot truskawkowy 200ml <u>DESER – Śliwki 2szt.</u>	Piątek 08.11	Żurek z jajkiem i ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę, żyto, jaja, mleko) 350ml Naleśniki z serem/powidłami śliwkowymi (zawiera: pszenicę, jaja, mleko) 2szt., polewa jogurtowo - truskawkowa (zawiera: mleko) 50ml, surówka z marchewki i brzoskwini 80g, kompot śliwkowy 200ml <u>DESER – Mandarynka 1szt.</u>

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