JADŁOSPIS PODSTAWOWY - TYDZIEŃ III 15.04.219 -19.04.2019

KANZEON
WROCŁAWSKI CATERING

	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata owocowa	200ml	Jęczmienno - owsiany kociołek na mleku z rodzynkami **(1,7,12)**	200ml	Herbata owocowa	200ml	Kakao na mleku **(1,7)**	200ml	Kasza kukurydziana na mleku **(1,7)**	200ml
	Pieczywo jasne i razowe **(1,11)**	50g	Pieczywo pszenno żytnie **(1,11)**	50g	Pieczywo jasne i razowe **(1,11)**	50g	Pieczywo jasne i i graham **(1,11)**	50g	Pieczywo jasne i razowe **(1,11)**	50g
	Masło **(7)**	10g	Masło **(7)**	10g	Masło **(7)**	10g	Masło **(7)**	10g	Masło **(7)**	10g
	Szynka wieprzowa **(1,6,9,10)**	30g	Szynka luksusowa**(1,6,9,10)**	30g	Szynka drobiowa**(1,6,9,10)**	30g	Indyk pieczony **(1,6,9,10)**	30g	Pasta jajeczna z szczypiorkiem **(3)**	40g
	Serek ziołowy **(7)**	20g	Sałata	10g	Ser żółty **(7)**	20g	Jajko gotowane **(3)**	1szt	Ser żółty **(7)**	20g
	Ogórek kiszony **(10)**	30g	Pomodor	30g	Ogórek zielony	20g	Sałata	10g	Pomidor	30g
							Ogórek zielony	30g		
							Rzeżucha	2g		
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy	100g/ 1szt	Owoc sezonowy	100g/ 1szt	Owoc sezonowy	100g/ 1szt	Owoc sezonowy	100g/ 1szt	Owoc sezonowy	100g/ 1szt
OBIADY	Kapuśniak z kminkiem **(1,9)**	250ml	Zupa pomidorowa z makaronem z mąki durum z natka pietruszk zabielana**(1,3,7,9)**	250ml	Zupa ziemniaczana z porem i cieciorką z natka pietruszki **(1,9)**	250ml	Barszcz biały z białą kiełbaską i majerankiem zabielany **(1,6,7,9)**	250ml	Krupnik z kaszy jęczmiennej z natką pietruszki **(1,9)**	250ml
	Makaron z mąki durum w kremowym sosie pieczarkowym z kurczakiem**(1,3,7)**	280g	Kurczaka z indykiem w sosie smietanowym z marchewką paryską i kukurydzą posypany kolędrą**(1,7)**	130g	Pierożki z serem i wanilią (wyrób własny) **(1,3,7)**	7szt	Duszona szynka w sosie pieczeniowo śliwkowym (wyrób własny) **(1,12)**	80g/ 50g	Paluszki rybne z fileta **(1,2,3,4,6.9,10,14)**	3szt
			Kopytka **(1.3)**	130g	Polewa malinowa **(7)**	80g	Mix kasz (gryczana, jęczmienna) **(1)**	130g	Ziemniaki z koperkiem	130g
			Surówka z kiszonych ogórków z jabłkiem i cebulką **(10)**	80g			Ćwikła	80g	Surówka z kiszonej kapusty, papryki, pora z natką pietruszki **(10)**	80g
PODWIECZOREK	Koktajl bananowo brzoskwiniowy z miodem na bazie jogurtu naturalnego (wyrób własny) **(7)**	150g	Bułka kajzerka z pastą serowo brokulową **(1,7)**	1szt/ 30g	Wafle ryżowe z dżemem owocowym niskosłodzoneym **(1)**	2szt/ 20g	Świąteczna babeczka piaskowa **(1,3,7)**	50g	Kisiel owocowy do picia + chrupki kukurydziane **(1)**	150g/ 5g

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.: dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składniki mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochode, 3.jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soje i produkty pochodne, 7.mleko i produkty pochodne,8. orzechy, migdały, 9.Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne,12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.

OPRACOWANO PRZEZ DIETETYKA

Sylwia Spychała
Technolog żywności
Specjalista do spraw żywienia
Dietetyk