

ZESTAW II

DZIEŃ TYGODNIA	OBIAD
PONIEDZIAŁEK	<p>I danie: krupnik (wywar warzywny-włoszczyzna, kasza jęczmienna, ziemniaki, napar z liścia laurowego i ziele angielskie, cebula, majeranek, czosnek mielony, śmietanka roślinna, sól, pieprz) Alergeny: gluten, seler Składniki odżywcze: białko 4g, węglowodany 26g, tłuszcze 6,5g, wartość energetyczna: 180 kcal</p> <p>II danie: pierogi leniwe z sosem słonecznym (mąka pszenna, ser, jajko, sól, cukier, brzoskwinie, skrobia ziemniaczana) Alergeny: gluten, jajko, mleko Składniki odżywcze: białko 9g, węglowodany 39g, tłuszcze 12g, wartość energetyczna: 300 kcal</p>
WTOREK	<p>I danie: zupa brokułowa (wywar warzywny, brokuł, ziemniaki, przyprawa Smak Natury, koperek świeży) Alergeny: seler Składniki odżywcze: białko 8g, węglowodany 23g, tłuszcze 4g, wartość energetyczna: 162 kcal</p> <p>II danie: gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym, ziemniaki (mięso mielone z łopatki wieprzowej, kapusta biała, pomidory pelati, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, papryka mielona, mąka pszenna, ziemniaki) Alergeny: gluten Składniki odżywcze: białko 10g, węglowodany 50g, tłuszcze 7g, wartość energetyczna: 400 kcal</p>

<p style="text-align: center;">ŚRODA</p>	<p>I danie: krem z pyrek i batata z ziołowymi grzankami <i>(wywar jarzynowy, ziemniaki, bataty, sól, pieprz, zioła prowansalskie, mąka pszenna, drożdże, czosnek, mleczko kokosowe, cukier)</i> <i>Alergeny: seler, gluten</i> <i>Składniki odżywcze: białko 7g, węglowodany 27g, tłuszcze 6g, wartość energetyczna: 190 kcal</i></p> <p>II danie: chińszczyzna z ryżem <i>(szynka wieprzowa, włoszczyzna, pędy bambusa, grzyby mung, cebula, papryka, ryż paraboliczny)</i> <i>Alergeny: seler</i> <i>Składniki odżywcze: białko 18 g, węglowodany 42g, tłuszcze 10 g, wartość energetyczna: 330 kcal</i></p>
<p style="text-align: center;">CZWARTEK</p>	<p>I danie: barszczyk <i>(buraki, marchew, pietruszka korzeń, seler, por, cukier, sól, majeranek, czosnek, sok z cytryny,)</i> <i>Alergeny: seler</i> <i>Składniki odżywcze: białko 8 g, węglowodany 21,75g, tłuszcze 7,8g, wartość energetyczna: 190 kcal</i></p> <p>II danie: nuggetsy z kurczaka z ziemniakami, surówka z białej kapusty z koperkiem <i>(filet z kurczaka, ziemniaki, płatki kukurydziane, mąka kukurydziana, jajko, czosnek, kapusta biała, marchew, koperek)</i> <i>Alergeny: jajko, gluten, mleko</i> <i>Składniki odżywcze: białko 19g, węglowodany 38g, tłuszcze 8g, wartość energetyczna: 300 kcal</i></p>
<p style="text-align: center;">PIĄTEK</p>	<p>I danie: zupa z zielonego groszku <i>(włoszczyzna, ziemniaki, groszek)</i> <i>Alergeny: seler</i> <i>Składniki odżywcze: białko 9g, węglowodany 19g, tłuszcze 4g, wartość energetyczna: 150 kcal</i></p> <p>II danie: Naleśniki z dżemem <i>(jajko, mąka, mleko, dżem)</i> <i>Alergeny: gluten, jaja, mleko</i> <i>Składniki odżywcze: białko 16g, węglowodany 42g, tłuszcze 15,3g, wartość energetyczna: 370 kcal</i></p>

Alergeny

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

* Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ke-tchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.