

## ZESTAW IV

DZIEŃ TYGODNIA	OBIAD
<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<p><b>I danie: kremik szparagowo - drobiowy z groszkiem ptysio- wym</b> (wywar drobiowy, przecier szparagowy, ziemniak, śmietanka roślinna, mąka, jajka, masło, sól) Alergeny: gluten, seler, mleko, jaja Składniki odżywcze: białko 11g, węglowodany 20g, tłuszcze 5,1g, wartość energetyczna: 170 kcal</p> <p><b>II danie: zakręcone bolognese z groszkiem</b> (mięso-łopatka wieprzowa, koncentrat pomidorowy, groszek, cebula, czosnek, pieprz, sól, oregano, makaron z pszenicy durum) Alergeny: gluten, jaja Składniki odżywcze: białko 21g, węglowodany 45g, tłuszcze 10,6g, wartość energetyczna: 360 kcal</p>
<b>WTOREK</b>	<p><b>I danie: zupa kalafiorowa</b> (wywar jarzynowy-włoszczyzna, ziemniak, kalafior, koperek, przyprawa Smak Natury) Alergeny: seler Składniki odżywcze: białko 7,5g, węglowodany 20g, tłuszcze 4,4g, wartość energetyczna: 150 kcal</p> <p><b>II danie: kurczak w sosie słodko-kwaśnym, ryż</b> (filet z kurczaka, pomidory pelati, ananas, papryka czerwona, ketchup, sól, papryka mielona, sok z ananasa, ryż) Alergeny: - Składniki odżywcze: białko 17g, węglowodany 38g, tłuszcze 8,9g, wartość energetyczna: 300 kcal</p>

<p style="text-align: center;"><b>ŚRODA</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>I danie: rosolnik z kaszką manną</b>  <i>(kurczak, marchew, seler, pietruszka, por, kaszka manna)</i>  <i>Alergeny: gluten, seler</i>  <i>Składniki odżywcze: białko 15,6g, węglowodany 31,25g, tłuszcze 7g, wartość energetyczna: 250 kcal</i></p> <p style="text-align: center;"><b>II danie: kotlecik schabowy, ziemniaki, surówka z białej kapusty z kukurydzą</b>  <i>(schab wieprzowy, jajka, bułka tarta, sól, pieprz, majeranek, czosnek, ziemniaki, kapusta biała, marchew, majonez, olej, cukier)</i>  <i>Alergeny: jajko, gluten</i>  <i>Składniki odżywcze: białko 19g, węglowodany 30g, tłuszcze 13,7g, wartość energetyczna: 320 kcal</i></p>
<p style="text-align: center;"><b>CZWARTEK</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>I danie: kremik pomidorowo - pietruszkowy</b>  <i>(pomidory, włoszczyzna, pietruszka, cebula, mleczko kokosowe)</i>  <i>Alergeny: seler</i>  <i>Składniki odżywcze: białko 7g, węglowodany 18g, tłuszcze 10g, wartość energetyczna: 190 kcal</i></p> <p style="text-align: center;"><b>II danie: cytrynowe risotto z kurczakiem i marchewką z groszkiem</b>  <i>(filet z kurczaka, sól, pieprz, Smak Natury, śmietanka roślinna, masło 100% roślinne, wywar mięsno-jarzynowy, ryż, marchewka, groszek, cukier, sok z cytryny)</i>  <i>Alergeny: seler, mleko</i>  <i>Składniki odżywcze: białko 18 g, węglowodany 42g, tłuszcze 10 g, wartość energetyczna: 330 kcal</i></p>
<p style="text-align: center;"><b>PIĄTEK</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>I danie: zupka jarzynowa</b>  <i>(marchew, pietruszka, por, seler, ziemniaki, fasolka żółta szparagowa, sól, koperek)</i>  <i>Alergeny: seler</i>  <i>Składniki odżywcze: białko 8g, węglowodany 17g, tłuszcze 4,45 g, wartość energetyczna: 140 kcal</i></p> <p style="text-align: center;"><b>II danie: filecik rybny, ziemniaki, mizeria</b>  <i>(mintaj, mąka, płatki kukurydziane, bułka tarta, sól, pieprz, ziemniaki, jogurt, ogórek zielony, koperek, sól, pieprz)</i>  <i>Alergeny: ryba, gluten</i>  <i>Składniki odżywcze: białko 16g, węglowodany 43g, tłuszcze 10,5g, wartość energetyczna: 340 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.