

📅 09.12.2024 **Poniedziałek****I Śniadanie****Chleb rumiany (chleb pszenno-żytnie z ziarnami)**

Składniki: chleb rumiany (**pszenica**, **żyto**, **owies**, **sezam**)

Chleb rumiany (**pszenica**, **żyto**, **owies**, **sezam**): mąka **pszenna** typ 750, mąka **żytnia** typ 720-30%, woda, drożdże, mieszanka ziaren: słonecznik, siemie lniane, pestki dyni, płatki **owsiane**, sezam- 20%

Tłuszcz do smarowania

Składniki: tłuszcz do smarowania

Tłuszcz do smarowania: oleje i tłuszcze roślinne

(rzepakowy 34%, słonecznikowy), woda, tłuszcz kokosowy, sól 0,3%, emulgator (lecytyna słonecznikowa) naturalny aromat, barwinik (karoten), witaminy (A,D)

Wędlina

Składniki: wędlina (szynka pieczona z bobrownik)

Wędlina (szynka pieczona z Bobrownik): mięso wieprzowe, sól, cukier, przyprawy naturalne, substancja konserwująca: azotyn sodu

Ogórek kiszony (w)

Składniki: ogórek kiszony (w)

Ogórek kiszony (w): ogórki, woda, sól, substancja konserwująca: sorbinian potasu

Rzodkiewka**Bawarka na napoju roślinnym (Olb)**

Składniki: woda, produkt roślinny z kokosa, uht, (coconut milk), herbata czarna

Produkt roślinny z kokosa, UHT, (COCONUT MILK):

ekstrakt z kokosa (85%), woda

II Śniadanie**Jabłko (w)****📅 10.12.2024** **Wtorek****I Śniadanie****Płatki kukurydziane na napoju roślinnym (Olb) (bml)**

Składniki: produkt roślinny z kokosa, uht, (coconut milk), płatki kukurydziane (w) (**jęczmień**)

Produkt roślinny z kokosa, UHT, (COCONUT MILK):

ekstrakt z kokosa (85%), woda

Płatki kukurydziane (w) (**jęczmień**): kaszka kukurydziana 87%, cukier, ekstrakt ze słodu jęczmiennego, sól

Chleb graham (mieszany)

Składniki: chleb graham (**pszenica**)

Chleb graham (**pszenica**): mąka (graham) **pszenna** typ 1850-20%, mąka **pszenna** typ 750, woda, drożdże, sól, kminek, esktrakt z prażonego słodu jęczmiennego

Tłuszcz do smarowania

Składniki: tłuszcz do smarowania

Tłuszcz do smarowania: oleje i tłuszcze roślinne

(rzepakowy 34%, słonecznikowy), woda, tłuszcz kokosowy, sól 0,3%, emulgator (lecytyna słonecznikowa) naturalny aromat, barwinik (karoten), witaminy (A,D)

Blok wegański o smaku cheddar

Składniki: blok wegański o smaku cheddar

Blok wegański o smaku cheddar: woda, olej kokosowy (21%), skrobia modyfikowana*, skrobia, sól morska, aromat cheddara, ekstrakt z oliwek, barwniki: (wyciąg z papryki, b-karoten), witamina B12

Rzodkiewka**Pomidor****Roszonka****Herbata czarna bez cukru**

Składniki: woda, herbata czarna

II Śniadanie**Koktajl: banan, marchew, ananas, mango, napój roślinny**

Składniki: banan (w), marchew, ananas, plastry w syropie (w), puree z mango, produkt roślinny z kokosa, uht, (coconut milk)

Ananas, plastry w syropie (w): ananasy, woda, cukier, regulator kwasowości- kwas cytrynowy

Puree z mango: puree z mango Alphonso 99,9%, regulator kwasowości: kwas cytrynowy

Produkt roślinny z kokosa, UHT, (COCONUT MILK):

ekstrakt z kokosa (85%), woda

📅 11.12.2024 **Środa****I Śniadanie****Chleb baltonowski (pieczywo mieszane)**

Składniki: chleb baltonowski (pieczywo mieszane) (**pszenica**, **żyto**, **sezam**)

Chleb baltonowski (pieczywo mieszane) (**pszenica**, **żyto**, **sezam**): mąka **pszenna** typ 750 (46%), woda, mąka **żytnia** typ 720 (20,4%), sól, drożdże. Może dodatkowo zawierać kminek, mak i **sezam**

Tłuszcz do smarowania

Składniki: tłuszcz do smarowania

Tłuszcz do smarowania: oleje i tłuszcze roślinne (rzepakowy 34%, słonecznikowy), woda, tłuszcz kokosowy, sól 0,3%, emulgator (lecytyna słonecznikowa) naturalny aromat, barwinik (karoten), witaminy (A,D)

Pasta z kurczaka i warzyw (Olb)

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), bułka tarta (w) (**pszenica**), cebula, wątróbka kurczaka, olej rzepakowy, czosnek granulowany

Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**): marchew, **seler**, pietruszka, por

Bułka tarta (w) (**pszenica**): mąka **pszenna**, woda, drodże, sól

Ogórek**Papryka czerwona****Kakao na napoju roślinnym (Olb)**

Składniki: produkt roślinny z kokosa, uht, (coconut milk), kakao alkalizowane o obniżonej zawartości tłuszczu (w)

Produkt roślinny z kokosa, UHT, (COCONUT MILK):

ekstrakt z kokosa (85%), woda

Kakao alkalizowane o obniżonej zawartości tłuszczu (w):

100% proszek kakaowy o zmniejszonej zawartości tłuszczu

II Śniadanie**Napój roślinny kokosowo-brzoskwiniowy (Olb) (bml)**

Składniki: produkt roślinny z kokosa, uht, (coconut milk), brzoskwinia (w)

Produkt roślinny z kokosa, UHT, (COCONUT MILK):

ekstrakt z kokosa (85%), woda

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

📅 12.12.2024 **Czwartek****I Śniadanie****Kasza manna na napoju roślinnym (Olb) (bml)**

Składniki: produkt roślinny z kokosa, uht, (coconut milk), kasza manna (**pszenica**)

Produkt roślinny z kokosa, UHT, (COCONUT MILK):

ekstrakt z kokosa (85%), woda

Chleb słonecznikowy (pieczywo pszenno- żytnie)

Składniki: chleb słonecznikowy (pieczywo pszenno-**żytnie**)

Chleb słonecznikowy (pieczywo pszenno-**żytnie**): mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, ziarno słonecznika (20%), naturalny zakwas piekarniczy, mąka **żytnia** razowa, drożdże, sól

Tłuszcz do smarowania

Składniki: tłuszcz do smarowania

Tłuszcz do smarowania: oleje i tłuszcze roślinne

(rzepakowy 34%, słonecznikowy), woda, tłuszcz kokosowy, sól 0,3%, emulgator (lecytyna słonecznikowa) naturalny aromat, barwinik (karoten), witaminy (A,D)

Hummus paprykowy (Olb)

Składniki: ciecierzycza, nasiona suche, papryka czerwona, cebula, olej rzepakowy

Salata lodowa**Ogórek kiszony (w)**

Składniki: ogórek kiszony (w)

Ogórek kiszony (w): ogórki, woda, sól, substancja

konserwująca: sorbinian potasu

Herbata z cytryną bez cukru

Składniki: woda, cytryna, herbata czarna

II Śniadanie**Mandarynka (w)****📅 13.12.2024** **Piątek****I Śniadanie****Chleb pięcizioarnisty**

Składniki: chleb pięcizioarnisty (**pszenica**, **owies**, **sezam**)

Chleb pięcizioarnisty (**pszenica**, **owies**, **sezam**): mąka **pszenna**, woda, mąka **pszenna** graham, mąka **żytnia** razowa, ziarno 35% (siemie, **sezam**, słonecznik, płatki **owsiane**, **pszenica**), naturalny zakwas, sól, miód, tłuszcz roślinny

Tłuszcz do smarowania

Składniki: tłuszcz do smarowania

Tłuszcz do smarowania: oleje i tłuszcze roślinne

(rzepakowy 34%, słonecznikowy), woda, tłuszcz kokosowy, sól 0,3%, emulgator (lecytyna słonecznikowa) naturalny aromat, barwinik (karoten), witaminy (A,D)

Smalec z fasoli (Olb)

Składniki: fasola biała, nasiona suche (własne), cebula, jabłko, kasza gryczana, majeranek

Szczypiorek**Ogórek****Szpinak****Papryka czerwona****Kawa zbożowa na napoju roślinnym (Olb)**

Składniki: produkt roślinny z kokosa, uht, (coconut milk), woda, kawa zbożowa (w) (**żyto**, **jęczmień**)

Produkt roślinny z kokosa, UHT, (COCONUT MILK):

ekstrakt z kokosa (85%), woda

Kawa zbożowa (w) (**żyto**, **jęczmień**): ZBOŻA 78% (

JĘCZMIEŃ, **ŻYTO**), cykoria

II Śniadanie**Smoothie: banan, wiśnia, jabłko, truskawka, napój roślinny (Olb)**

Składniki: banan (w), wiśnie bez pestek, mrożone, jabłko (w), truskawki, mrożone, produkt roślinny z kokosa, uht, (coconut milk)

Produkt roślinny z kokosa, UHT, (COCONUT MILK):

ekstrakt z kokosa (85%), woda

Obiad

Zupa brokułowa z ziemniakami (Olb) (bml)

Składniki: brokuły, ziemniaki, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), flora professional plant 15% (mieszanka roztworu białka soczewicy, olejów i tłuszczów roślinnych do gotowania), cebula, mąka **pszenna**, typ 500, olej rzepakowy, sól biała

Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**): marchew, **seler**, pietruszka, por

Flora Professional Plant 15% (mieszanka roztworu białka soczewicy, olejów i tłuszczów roślinnych do gotowania): roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator, stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości, aromat naturalny, sól, karoteny

Neapolitański makaron z kurczakiem i groszkiem zielonym (Olb)

Składniki: makaron (w) (g) (**pszenica**), mięso z piersi kurczaka, bez skóry, pulpa pomidorowa (w), włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), cebula, groszek zielony, mrożony, koncentrat pomidorowy, 30%, mąka **pszenna**, typ 500, olej rzepakowy, czosnek granulowany, papryka słodka

Makaron (w) (g) (**pszenica**): semolina z **pszenicy** durum
Pulpa pomidorowa (w): pomidory, sok pomidorowy, kwas cytrynowy- regulator kwasowości

Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**): marchew, **seler**, pietruszka, por

Lemoniada (2)

Składniki: pomarańcza, cytryna, mięta

Obiad

Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (Olb) (bm) (bml)

Składniki: ziemniaki, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), kasza **jęczmienna**, flora professional plant 15% (mieszanka roztworu białka soczewicy, olejów i tłuszczów roślinnych do gotowania), cebula, mąka **pszenna**, typ 500, olej rzepakowy, sól biała, natka pietruszki

Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**): marchew, **seler**, pietruszka, por

Flora Professional Plant 15% (mieszanka roztworu białka soczewicy, olejów i tłuszczów roślinnych do gotowania): roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator, stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości, aromat naturalny, sól, karoteny

Kotlet mielony drobiowy (Olb) (bml)

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułka tarta (w) (**pszenica**), cebula, olej rzepakowy

Bułka tarta (w) (**pszenica**): mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól

Ziemniaki z koperkiem (Olb) (bml)

Składniki: ziemniaki, koperek, tłuszcz do smarowania
Tłuszcz do smarowania: oleje i tłuszcze roślinne (rzepakowy 34%, słonecznikowy), woda, tłuszcz kokosowy, sól 0,3%, emulgator (lecytyna słonecznikowa) naturalny aromat, barwiniak (karoten), witaminy (A,D)

Ćwikła (Olb) (bml)

Składniki: burak, olej rzepakowy, ocet winny, musztarda (**gorczyca**), sól biała

Kompot owocowy (Olb)4

Składniki: mieszanka kompotowa, porzeczki czarne, mrożone

Mieszanka kompotowa: aronia, rabarbar, śliwka, agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka czarna

Obiad

Zupa grochowa z kiełbasą i z makaronem (Olb) (bml)

Składniki: włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), groch, nasiona suche, kiełbasa (w), makaron (w) (**pszenica**), cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 500, sól biała, czosnek granulowany, majeranek

Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**): marchew, **seler**, pietruszka, por

Kiełbasa (w): mięso wieprzowe 80%, woda, mięso drobiowe z kurczaka 4%, mąka ryżowa, sól, cukier, przyprawy naturalne, substancja zagęszczająca: karagen, substancja konserwująca: azotyn sodu

Makaron (w) (**pszenica**): semolina z **pszenicy** durum

Makaron z jabłkiem (Olb) (bml)

Składniki: makaron (w) (g) (**pszenica**), jabłko (w), tłuszcz do smarowania

Makaron (w) (g) (**pszenica**): semolina z **pszenicy** durum
Tłuszcz do smarowania: oleje i tłuszcze roślinne (rzepakowy 34%, słonecznikowy), woda, tłuszcz kokosowy, sól 0,3%, emulgator (lecytyna słonecznikowa) naturalny aromat, barwiniak (karoten), witaminy (A,D)

Kompot wiśniowo- porzeczkowy (Olb)

Składniki: wiśnie bez pestek, mrożone, porzeczki czarne, mrożone

Obiad

Rosół z makaronem z natką pietruszki (Olb)2

Składniki: porcja rosółowa drobiowa, skrzydełka z kurczaka, marchew, makaron nitki (**pszenica**), **seler** korzeniowy, cebula, pietruszka, korzeń, por, natka pietruszki, czosnek, sól biała

Ryż z sosem truskawkowym (Olb) (bml)

Składniki: ryż biały, gotowany, truskawki, produkt roślinny z kokosa, uht, (coconut milk), mąka ziemniaczana

Produkt roślinny z kokosa, UHT, (COCONUT MILK):

ekstrakt z kokosa (85%), woda

Kompot śliwkowo- jabłkowy (Olb)

Składniki: Śliwki bez pestek, mrożone, jabłko (w), mieszanka kompotowa

Mieszanka kompotowa: aronia, rabarbar, śliwka, agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka czarna

Obiad

Krem wielowarzywny z dodatkiem prażonych pestek słonecznika (Olb) (bml)

Składniki: ziemniaki, brokuły, mrożone, kalafior, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), groszek zielony, mrożony, flora professional plant 15% (mieszanka roztworu białka soczewicy, olejów i tłuszczów roślinnych do gotowania), cebula, słonecznik, nasiona, olej rzepakowy, sól biała, czosnek granulowany

Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**): marchew, **seler**, pietruszka, por

Flora Professional Plant 15% (mieszanka roztworu białka soczewicy, olejów i tłuszczów roślinnych do gotowania): roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator, stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości, aromat naturalny, sól, karoteny

Pulpety rybne w sosie koperkowym (Olb) (bml)

Składniki: **miruna (ryba)**, flora professional plant 15% (mieszanka roztworu białka soczewicy, olejów i tłuszczów roślinnych do gotowania), cebula, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), bułka tarta (w) (**pszenica**), olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 500, koperek

Flora Professional Plant 15% (mieszanka roztworu białka soczewicy, olejów i tłuszczów roślinnych do gotowania): roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator, stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości, aromat naturalny, sól, karoteny

Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**): marchew, **seler**, pietruszka, por

Bułka tarta (w) (**pszenica**): mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól

Kasza kuskus (g) (pszenica) Surówka z kapusty pekińskiej z pomidorem i rzodkiewką na sosie vinegret (Olb)

Składniki: kapusta pekińska, pomidor, rzodkiewka, olej rzepakowy, musztarda (**gorczyca**), ocet winny

Kompot owocowy (Olb)4

Składniki: mieszanka kompotowa, porzeczki czarne, mrożone

Mieszanka kompotowa: aronia, rabarbar, śliwka, agrest, truskawka, wiśnia, porzeczka czarna

Podwieczorek

Mus malina- truskawka (Olb) (bml)

Składniki: produkt roślinny z kokosa, uht, (coconut milk), maliny, mrożone, truskawki, mrożone, płatki jaglane

Produkt roślinny z kokosa, UHT, (COCONUT MILK):

ekstrakt z kokosa (85%), woda

Podwieczorek

Gruszka

Podwieczorek

Ciasto drożdżowe ze śliwką (Olb) (bml)

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, Śliwki bez pestek, mrożone, produkt roślinny z kokosa, uht, (coconut milk), olej rzepakowy, cukier, drożdże (w), proszek do pieczenia (w) (**pszenica**)

Produkt roślinny z kokosa, UHT, (COCONUT MILK):

ekstrakt z kokosa (85%), woda

Proszek do pieczenia (w) (**pszenica**): substancje spulchaniujące: wodorowęglan sodu, difosforan disodowy, mąka **pszenna**

Podwieczorek

Pudding jaglany z mango (Olb) (bml)

Składniki: vegangurt naturalny, produkt roślinny z kokosa, uht, (coconut milk), puree z mango, płatki jaglane

Vegangurt naturalny: 94,6% ekstrakt mięszu kokosa (woda, ekstrakt mięszu kokosa), skrobia modyfikowana, białka bobu, wegańskie kultury bakterii jogurtowych (S. thermophilus, L. delbrueckii ssp

Produkt roślinny z kokosa, UHT, (COCONUT MILK):

ekstrakt z kokosa (85%), woda

Puree z mango: puree z mango Alphonso 99,9%, regulator kwasowości: kwas cytrynowy

Podwieczorek

Banan (w)