

# JADŁOSPIS WEGE

	Śniadanie		Alergeny	Obiad		Alergeny	Podwieczorek		Alergeny
<b>Poniedziałek</b> <b>2.10</b>	płatki pełnoziarniste z mlekiem	250g		zupa z czerwonej soczewicy	250ml	9	pieczywo pszenne z masłem	20g	
	pieczywo pszenne i żytnie z masłem	40g		makaron z serem i sosem jogurtowo-truskawkowym	180g		hummus	8g	
	ser żółty	10g	1,7	kompot	200ml	1,7	mix warzyw		1,3,7
	pasta z ciecior ki z pomidorami	10g					szarlotka owsiana (wyrób własny)	30g	
	mix warzyw						owoc		
	herbata	200ml					herbata owocowa	200ml	
<b>Wtorek</b> <b>3.10</b>	płatki ryżowe z mlekiem	250g		zacierkowa	250ml	1,3,9	pieczywo żytnie z masłem	20g	
	pieczywo pszenne i żytnie z masłem	40g		kotlet z soczewicy w sosie pomidorowym	80g		ser żółty	8g	
	tofu	10g	1,6,7	kasza gryczana	70g		mix warzyw		1,7
	twarożek z kolorową papryką	10g		fasolka	50g		wafle ryżowe	10g	
	mix warzyw			kompot	200ml		sałatka owocowa	50g	
	herbata	200ml					herbata owocowa	200ml	
<b>Środa</b> <b>4.10</b>	kawa zbożowa z mlekiem	200ml		minestrone	250ml	9	pieczywo pszenne z masłem	20g	
	pieczywo pszenne i żytnie z masłem	40g		pierogi z kapustą i okrasą z cebuli	130g		hummus	8g	
	ser żółty	10g	1,3,7	ogórek kiszony	50g	1	mix warzyw		1,7
	pasta jajeczna z żółtym serem	10g		kompot	200ml		jogurt naturalny z sosem owocowym	100g	
	mix warzyw						marchewka do chrupania		
	herbata	200ml					herbata owocowa	200ml	
<b>Czwartek</b> <b>5.10</b>	kasza manna na mleku	250g		krem brokułowy z grzankami	250ml	1,9	pieczywo żytnie z masłem	20g	
	pieczywo pszenne i żytnie z masłem	40g		ciociorka z warzywami	80g		hummus	8g	
	pasztet wege (wyrób własny)	10g	1,7	ryż	70g		mix warzyw		1,3,7
	ser żółty	10g		surówka z marchewki i pora	50g		ciasto drożdżowe	30g	
	mix warzyw			kompot	200ml		sok tłoczony z jabłek	150ml	
	herbata	200ml					herbata owocowa	200ml	
<b>Piątek</b> <b>6.10</b>	kakao	200ml		pomidorowa z makaronem	250ml	1,3,9	pieczywo żytnie z masłem	20g	
	pieczywo pszenne i żytnie z masłem	40g		kotlet sojowy	70g		ser żółty	8g	
	tofu	10g	1,6,7	ziemniaki	120g	6	mix warzyw		1,7
	twarożek z cukrem trzcinowym	10g		surówka z kiszonej kapusty	50g		galaretka	100g	
	mix warzyw			kompot	200ml		owoc		
	herbata	200ml					herbata owocowa	200ml	

\* w przypadku braku pełnowartościowego produktu od dostawcy firma zastrzega sobie prawo do zastąpienia go innym, pełnowartościowym produktem

\*\* posiłki przygotowywane przez firmę Catering Marianna spełniają wymagania określone w Rozporządzeniu Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016 roku

\*\*\*alergeny: 1-gluten, 2-skorupiaki, 3-jaja, 4-ryby, 5-orzeszki ziemne, 6-soja, 7-mleko, 8-orzechy, 9-seler, 10-gorczyca, 11-sezam, 12-dwutlenek siarki