

JADŁOSPIS

SP Gruta

obiad	ilość	j.m.	alergeny
poniedziałek, 3 marca 2025			
▶ obiad / I danie			
• Zupa z soczewicy czerwonej z mięsem i warzywami	1 x 400g		Mleko, Seler
• Bułka z nasionami chia	1 szt.		Zboża zawierające gluten, Sezam
• Banan	150 g		
wtorek, 4 marca 2025			
▶ obiad / I danie			
• Potrawka z indyka	1 x 140g		Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Jaja, Seler, Gorczyca
• Ryż biały	1 x 60g		
• Surówka z marchewki i jabłka	1 x 104g		Mleko, Jaja, Gorczyca
• Cynamonka	1,1 x 60g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja
• Mandarynka	85 g		
• Kompot wieloowocowy	1 x 200g		
środa, 5 marca 2025			
▶ obiad / I danie			
• Filet z miruny pieczony	1,1 x 121g		Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Jaja, Ryby, Seler, Gorczyca
• Ziemniaki puree	1 x 300g		Mleko
• Surówka z kapusty kiszzonej z jabłkiem	1 x 100g		
• Koktajl owocowy	1,2 x 170g		Mleko
• Woda z cytryną	1 x 200g		
czwartek, 6 marca 2025			
▶ obiad / I danie			
• Zupa klopsowa z warzywami	1 x 400g		Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Jaja, Seler, Gorczyca
• Chleb pszenno - żytni	0,7 x 50g		Zboża zawierające gluten
• Ryż zapiekany z jabłkami	1 x 125g		Mleko
• Sos waniliowy	1,5 x 20g		Mleko
• Gruszka	200 g		
piątek, 7 marca 2025			
▶ obiad / I danie			
• Kotlet jajeczny	1,1 x 130g		Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Jaja, Seler, Gorczyca
• Ziemniaki z koperkiem	1 x 300g		
• Surówka z kapusty czerwonej z porem	1 x 95g		Mleko, Jaja, Gorczyca
• Baton musli fitness	1 szt.		Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Orzechy
• Kompot wiśniowy	1 x 200g		
poniedziałek, 10 marca 2025			
▶ obiad / I danie			
• Zupa pomidorowa na wywarze drobiowym z makaronem	1 x 400g		Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Jaja, Seler, Gorczyca
• Kaszka manna	1,3 x 213g		Zboża zawierające gluten, Mleko
• Sos owocowy	2 x 20g		
• Pomarańcza	250 g		
wtorek, 11 marca 2025			
▶ obiad / I danie			
• Roladki z serem i szynką	1 x 144g		Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Jaja, Seler, Gorczyca
• Ziemniaki z koperkiem	1 x 300g		
• Surówka cateringowa	1 x 90g		Mleko, Jaja, Gorczyca
• Jabłko	180 g		
• Kompot z czarnej porzeczki	1 x 200g		
środa, 12 marca 2025			
▶ obiad / I danie			
• Gulasz wieprzowy	1 x 136g		Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Jaja, Seler, Gorczyca
• Kasza jęczmienna	1 x 60g		
• Brokuł i kalafior na parze	0,5 x 90g		
• Murzynek	1 x 80g		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja
• Kompot truskawkowy	1 x 200g		
czwartek, 13 marca 2025			
▶ obiad / I danie			
• Barszcz ukraiński z mięsem i warzywami	1 x 400g		Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Jaja, Seler, Gorczyca
• Pierożek drożdżowy z mięsem	1,1 x 100g		Zboża zawierające gluten, Jaja
• Kiwi	100 g		
piątek, 14 marca 2025			
▶ obiad / I danie			
• Filet z dorsza pieczony	1 x 120g		Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Jaja, Ryby, Seler, Gorczyca
• Sos warzywny z fasolą czerwoną	3 x 20g		Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Jaja, Seler, Gorczyca
• Kasza kuskus	1 x 100g		Mleko
• Fasolka szparagowa na parze	0,5 x 85g		
• Mandarynka	85 g		
• Kompot z czarnej porzeczki	1 x 200g		

Przy sporządzaniu posiłków używa się produktów zawierających następujące alergeny: zboża zawierające gluten, soja, mleko, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski), seler, gorczyca, nasiona sezamu. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady. Występujące w jadłospisie alergeny wypisano pogrubioną czcionką.