



# Symfonia Smaku

Jadłospis: 20.11. 2017–24.11.2017

## PONIEDZIAŁEK

Obiad: zupa pieczarkowa<sup>7</sup> 250ml/180kcal,  
kromka pełnoziarnistego pieczywa<sup>1</sup>  
1szt/80kcal, krem z białych warzyw, gulasz  
120g/190kcal, kasza gryczana 100g/120kcal,  
ogórek kiszony 3szt/20kcal, kompot  
wielooowocowy 200ml/50kcal

## WTOREK

Obiad: zacierka<sup>1,3,7,9</sup> 250ml/220kcal, krem  
marchewkowy nuggetsy<sup>1,3,7</sup> 120g/200kcal,  
ziemniaki 150g/120kcal, surówka z białej  
kapusty z sosem vinegret 100g/70kcal, kompot  
wielooowocowy 200ml/50kcal,

## ŚRODA

Obiad: pomidorowa z makaronem<sup>1,3,7,9</sup>  
250ml/210kcal, krem brokułowy, ryba  
panierowana<sup>1,3,7</sup> 120g/180kcal, ziemniaki  
150g/120kcal, surówka z kiszonej kapusty  
100g/70kcal, kompot wielooowocowy  
200ml/50kcal

## CZWARTEK

Obiad: zupa ogórkowa z ryżem<sup>1,7,9</sup>  
250ml/200kcal, krem z warzyw kotlet  
mielony 120g/180kcal, ziemniaki  
150g/120kcal, buraczki<sup>1,7</sup> 100g/70kcal,  
kompot wielooowocowy 200ml/50kcal,

## PIĄTEK

Obiad: barszcz czerwony<sup>1,7</sup> 250ml/180kcal,  
kromka pełnoziarnistego pieczywa<sup>1</sup>  
1szt/80kcal, krem z zielonego groszku  
pierogi ruskie ze śmietaną<sup>1,3,7</sup> 5szt/420kcal,  
kompot wielooowocowy 200ml/50kcal

### ALERGENY W ŻYWNOŚCI LEGENDA

1. Gluten – zboża
2. Skorupiaki
3. Jaja
4. Ryby
5. Orzeszki ziemne
6. Soja
7. Laktoza – mleko
8. Orzechy
9. Seler
10. Gorczyca
11. Nasiona sezamu
12. Dwutlenek siarki i

siarczany w stężeniu > 10 mg / kg

13. Łubin
14. Mięczaki

Wędliny mogą zawierać śladowe ilości 6, 9, 10, 11  
według oświadczenia producenta.