

**Catering zup z wydłużonym terminem ważności
(zupy pasteryzowane) 440 ml**

poniedziałek, 15 listopada 2021

ŚNIADANIE

Rubinowa ze Lwowa - Barszcz ukraiński (7, 9, 12)

OBIAD

Cytrynowy ogórek - Cytrynowa ze świeżym ogórkiem, kukurydzą i kurczakiem (7, 9, 12)

OBIAD

No i klops - Jarzynowa z klopsikami (1, 3, 7, 9)

PODWIECZOREK

Zarumieniony indyk - Z czerwonej kapusty z indykiem i pomidorami (9)

KOLACJA

Pomidor w Szkarłacie - Barszcz z pomidorami (7, 9, 12)

wtorek, 16 listopada 2021

ŚNIADANIE

Warzyw moc - Jarzynowa (7, 9, 12)

II ŚNIADANIE

Pachnący indyk - Z cukinii z indykiem i ziołami (7, 9)

II ŚNIADANIE

Zgrany duet - Fasolowo-czosnkowa z wieprzowiną i makaronem (1, 7, 12)

PODWIECZOREK

Przybysz ze Wschodu - Orientalny rosół z makaronem (1, 9)

KOLACJA

Rzymski burak - Barszcz z włoską kapustą (7, 9)

środa, 17 listopada 2021

ŚNIADANIE

Bulgurowy krupnik - Z indykiem i bulgurem (1, 9)

II ŚNIADANIE

Amerykański sen - Kukurydziano - dyniowa z kurczakiem (7, 9, 12)

OBIAD

Pora na chorizo - Z chorizo, ziemniakami i porem (7, 9)

PODWIECZOREK

Aromatyczna wołowinka - Pikantna z wołowiną i soczewicą (9)

KOLACJA

Aromatyczny bakłażan - Z bakłażanem, kukurydzą i pomidorami (7, 9, 12)

czwartek, 18 listopada 2021

ŚNIADANIE

Tatarska - Z wołowiną i marynowanymi warzywami (9, 10, 12)

II ŚNIADANIE

Karkówka w ziołach - Z wieprzowiną, papryką i ziołami (7, 9)

OBIAD

Szarląt i oberżyna - Bakłażanowa z amarantusem (7, 9)

PODWIECZOREK

Wieprz na ostro - Pikantna z wieprzowiną (9, 12)

KOLACJA

Z rumieńcem - Zabelany barszcz (6, 9)

piątek, 19 listopada 2021

ŚNIADANIE

Kurczak w dali - Indyjska z kurczakiem (9)

II ŚNIADANIE

Nie bocz się! - Bocznikowa z wołowiną (1, 9, 12)

OBIAD

Pierogi z okrasą - Z twarogiem, ziemniakami, cebulką i boczkiem (7, 9)

PODWIECZOREK

Zimowa - Z wołowiną, brukwią i jarmużem (7, 9)

KOLACJA

Boska szczawiowa - Szczawiowa (7, 9, 12)

sobota, 20 listopada 2021

ŚNIADANIE

Śmietankowy kurczak - Z kurczakiem, śmietaną i ryżem (7, 9)

II ŚNIADANIE

Rosół po wietnamsku - Z rostbefem, imbirem i limonką (4, 6, 9)

OBIAD

Cytrynowy ogórek - Cytrynowa ze świeżym ogórkiem, kukurydzą i kurczakiem (7, 9, 12)

PODWIECZOREK

Sielska - Z kielbasą, pieczarkami i papryką (7, 9, 10)

KOLACJA

Kapuśniaczek - Kapuśniak z soczewicą (9, 12)

niedziela, 21 listopada 2021

ŚNIADANIE

Zielona grzęda - Z kurczakiem i zielonymi warzywami (7, 9)

II ŚNIADANIE

Barszczyk z wołowiną - Z wołowiną i burakami (7, 9, 12)

OBIAD

Gołąbkowa z ziemniakami - Z wieprzowiną, kapustą kiszoną i ziemniakami (7, 9)

PODWIECZOREK

Strogonow - Z wołowiną, pieczarkami i kiszonym ogórkiem (7, 9, 12)

KOLACJA

Krupnik jaglany - Z warzywami i kaszą jaglaną (7, 9)

poniedziałek, 22 listopada 2021

ŚNIADANIE

Zbójnicka - Z grochem i kapustą kiszoną (7, 9)

II ŚNIADANIE

Świnka na strączku - Z wieprzowiną i fasolą (7, 9, 12)

OBIAD

Zióławy pomidorek - Pomidorowa z kurczakiem (1, 9, 12)

PODWIECZOREK

Kiełbasianka - Z białą kiełbasą i ziemniakami (7, 9)

KOLACJA

Biała dama - Z białych warzyw (7, 9, 11)

wtorek, 23 listopada 2021

ŚNIADANIE

Pora na kurczaka - Z porem i kurczakiem (7, 9)

II ŚNIADANIE

Rajski ptak - Z indykiem i kolorową papryką (7, 9)

OBIAD

Polędwiczka w złocie - Z polędwiczką i kaszą bulgur (1, 7, 9)

PODWIECZOREK

Bograczowa - Z wołowiną i warzywami (7, 9)

KOLACJA

Zielone - czerwone - Zupa z cukinii i brokułów z batatami (7, 9)

środa, 24 listopada 2021

ŚNIADANIE

Węgierska mozaika - Gulaszowa (7, 9)

II ŚNIADANIE

Hiszpańska - Z chorizo, batatami i papryką (9, 12)

OBIAD

Koko-koko - Kokosowa z kurczakiem i batatem (9)

PODWIECZOREK

Pomidor w szkartacie - Barszcz z pomidorami (7, 9, 12)

KOLACJA

FasoLOVE - Fasolowa z pomidorami i ziołami (7, 9, 12)

czwartek, 25 listopada 2021

ŚNIADANIE

Uroczą soczewica - Z kurczakiem i warzywami (9)

II ŚNIADANIE

Aromatyczna - Z indykiem i warzywami (7, 9, 12)

OBIAD

No i klops - Jarzynowa z klopsikami (1, 3, 7, 9)

PODWIECZOREK

Z innej beczki - Z ogórkiem kiszonym i wołowiną (7, 9)

PODWIECZOREK

Słonecznikowa - Z topinamburu z olejem dyniowym (7, 9)

piątek, 26 listopada 2021

ŚNIADANIE

Wieprzyk w przyprawach - Z łopatką i ziołami (9)

II ŚNIADANIE

Krupnik z indykiem - Z kaszą jęczmienną i indykiem (1, 7, 9)

OBIAD

Pole soczewicy - Z soczewicy z kurczakiem (7, 9)

PODWIECZOREK

Bonjour - Żurek z kurczakiem i pieczarkami (1, 7, 9)

KOLACJA

Smaczny mariaż - Pieczarkowa z pomidorami (7, 9)



sobota, 27 listopada 2021

ŚNIADANIE

Sprytna cieciora - Z wołowiną, warzywami i limonką (7, 9, 12)

II ŚNIADANIE

Pachnący indyk - Z cukinii z indykiem i ziołami (7, 9)

OBIAD

Pomidorówka po tajsku - Kokosowo-pomidorowa z kurczakiem (6, 9)

PODWIECZOREK

Vege grochówka - Z grochu i warzyw (9)

KOLACJA

Neapolitanka - Pomidorowa z karczochami (1, 9)

niedziela, 28 listopada 2021

ŚNIADANIE

Żar tropików - Z kurczakiem, makaronem i skórką pomarańczy (1, 9)

II ŚNIADANIE

Kurczak w kapuście - Kapuśniak z kurczakiem (7, 9)

OBIAD

Królewska - Drobiowa z warzywami (7, 9, 12)

PODWIECZOREK

Zbójnicka - Z grochem i kapustą kiszoną (7, 9)

KOLACJA

Pieczarki czar - Pieczarkowa (7, 9)



Lista alergenów:

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne
2. Skorupiaki
3. Jaja
4. Ryby
5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja
7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
8. Orzechy: migdały, orzechy włoskie, nerkowca, brazylijskie, pistacje, makadamia
9. Seler
10. Gorczyca
11. Nasiona sezamu
12. Możliwe występowanie: dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców
13. Łubin
14. Mięczaki i produkty pochodne.

**Składniki odżywcze zup dziennie
(dla 5 zup danego dnia). Zupy wegetariańskie oznaczono na zielono**

Łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1511,6	107,5	79,5	78,8	31,8	
poniedziałek, 15 listopada 2021						Alergeny
Rubinowa ze Lwowa	248,1	25,8	9,4	9,4	8,8	7, 9, 12
Cytrynowy ogórek	394,2	25,7	24,6	19,7	5	7, 9, 12
No i klops	398,9	18,2	20	25,4	9,6	1, 3, 7, 9
Zarumieniony indyk	263	23,3	21,7	11	3,4	9
Pomidor w Szkarłacie	207,4	14,5	3,8	13,3	5	7, 9, 12
Łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1317,3	110,4	71,7	56,5	32	
wtorek, 16 listopada 2021						Alergeny
Warzyw moc	242,1	19	6	13	6,6	7, 9, 12
Pachnący indyk	366,8	25,3	20	19,3	5,1	7, 9
Zgrany duet	279,3	31,6	19,2	6,8	9,7	1, 7, 12
Przybysz ze Wschodu	252,1	20,2	21,7	8,1	4,6	1, 9
Rzymski burak	177	14,3	4,8	9,3	6	7, 9

Łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1498,2	109,5	92,4	70,4	26,4	
środa, 17 listopada 2021						Alergeny
Bulgurowy krupnik	263,2	24,2	25,3	5,3	5,4	1, 9
Amerykański sen	374	36,9	23,4	13,4	4,1	7, 9, 12
Pora na chorizo	391,7	15,7	15,7	28,5	5,5	7, 9
Aromatyczna wołowinka	294,1	18	24,1	13,8	5,1	9
Aromatyczny bakłażan	175,2	14,7	3,9	9,4	6,3	7, 9, 12
Łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1470,2	110	81,7	70,3	37,5	
czwartek, 18 listopada 2021						Alergeny
Tatarska	202,4	15,6	20,8	6,1	2	9, 10, 12
Karkówka w ziołach	368,2	23,2	15,4	22	11,7	7, 9
Szarłat i oberżyna	381,2	28,8	23,6	17	6	7, 9
Wieprz na ostro	276,7	24,5	14,7	11,7	10	9, 12
Z rumieńcem	241,7	17,9	7,2	13,5	7,8	6, 9

Łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1503,2	95,6	96,5	77,1	27,3	
piątek, 19 listopada 2021						Alergeny
Kurczak w dali	351,7	25,8	23,2	16,9	5,6	9
Nie bocz się!	320,8	13,8	22,9	19,1	2,6	1, 9, 12
Pierozki z okrasą	411,8	23,5	25,9	22,5	7,5	7, 9
Zimowa	265,6	16	20,1	12,8	5,1	7, 9
Boska szczawiowa	153,3	16,5	4,4	5,8	6,5	7, 9, 12
Łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1500,3	112,4	101,6	63,7	27,7	
sobota, 20 listopada 2021						Alergeny
Śmietankowy kurczak	289,6	21,9	22,2	11	3,4	7, 9
Rosół po wietnamsku	395,9	27,4	25,9	20,1	2,8	4, 6, 9
Cytrynowy ogórek	394,2	25,7	24,6	19,7	5	7, 9, 12
Sielska	272,7	19,4	20,4	10,9	8,7	7, 9, 10
Kapuśniaczek	147,9	18	8,5	2	7,8	9, 12
Łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1500	103,1	103,7	71,3	21,3	
niedziela, 21 listopada 2021						
Zielona grzęda	295,6	17,7	22,2	13,7	4,3	7, 9
Barszczyk z wołowiną	354	23,5	26,9	16,8	4,6	7, 9, 12
Gołąbkowa z ziemniakami	384	21,1	29,4	20,5	4,1	7, 9
Strogonow	258,6	18,1	20,7	10,9	3,3	7, 9, 12
Krupnik jaglany	207,8	22,7	4,5	9,4	5	7, 9
Łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1519,3	132,3	92	61,8	33	
poniedziałek, 22 listopada 2021						Alergeny
Zbójnicka	248,5	26,5	9,1	9,4	8,2	7, 9
Świnka na strączku	366	27	31,9	14,4	4,9	7, 9, 12
Ziołowy pomidorek	399,7	37,2	27,3	13,8	5,1	1, 9, 12
Kiełbasianka	267,4	25	18,5	9,5	8,4	7, 9
Biała dama	237,7	16,6	5,2	14,7	6,4	7, 9, 11

Łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1499,5	97,8	97,1	75,1	23,5	
wtorek, 23 listopada 2021						Alergeny
Pora na kurczaka	277,9	23	22,2	9,6	3,9	7, 9
Rajski ptak	360,8	22	21,5	19,4	5	7, 9
Polędwiczka w złocie	386	27,6	29,2	18	4,9	1, 7, 9
Bograczowa	265,8	12	19,8	14,5	5,3	7, 9
Zielone - czerwone	209	13,2	4,4	13,6	4,4	7, 9

Łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1568,2	102,7	65,6	55,3	33,5	
środa, 24 listopada 2021						Alergeny
Węgierska mozaika	328,5	18,9	19,1	18,8	5,2	7, 9
Hiszpańska	360,2	28,5	23,7	15,1	10,4	9, 12
Koko-koko	373,7	28,1	24,7	16,9	6	9
Pomidor w szkarłacie	207,4	14,5	3,8	13,3	5	7, 9, 12
FasoLOVE	298,4	31,6	13,4	10	12,1	7, 9, 12
Łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1605,9	109,5	97,2	81,7	26,7	
czwartek, 25 listopada 2021						Alergeny
Urocza soczewica	298,2	23,2	23,9	10,8	4,7	9
Aromatyczna	365,3	25,8	21,8	18,2	3,9	7, 9, 12
No i klops	398,9	18,2	20	25,4	9,6	1, 3, 7, 9
Z innej beczki	280	13,5	20,5	15,1	4,1	7, 9
Słonecznikowa	263,5	28,8	11	12,2	4,4	7, 9
Łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1408,6	99,4	78,7	71,1	29,2	
piątek, 26 listopada 2021						Alergeny
Wieprzyk w przyprawach	308	23	17,1	14,4	11,2	9
Krupnik z indykiem	325,1	25	19,5	14,9	4,2	1, 7, 9
Pole soczewicy	401,2	31,8	23,7	18,4	5,2	7, 9
Bonjour	206,1	12,3	14,9	10,1	3,7	1, 7, 9
Smaczny mariaż	168,2	7,3	3,5	13,3	4,9	7, 9

Łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1519,9	119,2	84,9	71,6	28,6	
sobota, 27 listopada 2021						Alergeny
Sprytna cieciorka	338,4	16,4	21,6	19,6	4,3	7, 9, 12
Pachnący indyk	366,8	25,3	20	19,3	5,1	7, 9
Pomidorówka po tajsku	402,9	30,5	25	20,2	2,9	6, 9
Vege grochówka	255,5	30,6	12,9	6,3	9,7	9
Neapolitanka	156,3	16,4	5,4	6,2	6,6	1, 9
Łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1548,2	126,5	82,2	69,5	29,5	
niedziela, 28 listopada 2021						
Żar tropików	333	24,3	21,8	10,6	3,5	1, 9
Kurczak w kapuście	327	24,6	19,9	18,8	4,1	7, 9
Królewska	460,9	35,4	26,9	21,4	8,6	7, 9, 12
Zbójnicka	248,5	26,5	9,1	9,4	8,2	7, 9
Pieczarki czar	178,8	15,7	4,5	9,3	5,1	7, 9