

# SMACZNEGO - ESSENZA PARTY CENTER II TYDZIEŃ

## 23.01.2023 - 27.01.2023

Dzień tygodnia	Obiad	Podwieczorek
PONIEDZIAŁEK	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ZUPA ROSÓŁ Z MAKARONEM</li> <li>● KURCZAK Z MARCHEWKĄ I GROSZKIEM W BIAŁYM SOSIE</li> <li>● RYŻ</li> <li>● WODA</li> <li style="padding-left: 20px;">Alergeny:1,2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● OWOC/ROGAL Z MASEŁKIEM</li> <li style="padding-left: 20px;">Alergeny:1</li> </ul>
WTOREK	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ZUPA JARZYNOWA</li> <li>● SCHAB DUSZONY W SOSIE PIECZARKOWO-KOPERKOWYM</li> <li>● KASZA JĘCZMIENNA</li> <li>● SURÓWKA Z MARCHWII I JABŁKA</li> <li>● KOMPOT</li> <li style="padding-left: 20px;">Alergeny:1,2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● JABŁKO</li> <li style="padding-left: 20px;">Alergeny</li> </ul>
ŚRODA	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ZUPA OGÓRKOWA</li> <li>● KOPYTKA Z SOSEM PIECZENIOWYM</li> <li>● SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ</li> <li>● WODA</li> <li style="padding-left: 20px;">Alergeny: 1,2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● BAGIETKA Z HUMUSEM Z CIECIERZYCY</li> <li style="padding-left: 20px;">Alergeny:1,2</li> </ul>
CZWARTEK	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ZUPA KREM Z KALAFIORA Z PTYSIAMI</li> <li>● NUGETS Y Z ZIEMNIAKAMI</li> <li>● SAŁATKA Z WARZYW Z BAZYLIOWYM VINEGRETTE</li> <li>● KOMPOT</li> <li style="padding-left: 20px;">Alergeny:1,2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● PAŁKI KUKURYDZIANE/OWOC</li> <li style="padding-left: 20px;">Alergeny:1</li> </ul>
PIĄTEK	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ZUPA BARSZCZ CZERWONY</li> <li>● GOŁĄBKI Z ZIEMNIAKAMI W SOSIE POMIDOROWYM</li> <li>● WODA</li> <li style="padding-left: 20px;">Alergeny: 1,2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● OWOC</li> <li style="padding-left: 20px;">Alergeny:</li> </ul>

WYSTĘPUJĄCE ALERGENY : 1-ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN (PSZENICA), 2-MLEKO I PRODUKTY MLECZNE, 3-JAJKO I PRODUKTY MLECZNE, 4-RYBA I PRODUKTY POCHODNE,5- NASIONA SEZAMU I PRODUKTY POCHODNE, 6-GORCZYCA I PRODUKTY POCHODNE (MUSZTARDA) I PRODUKTY POCHODNE, 7-ORZECHY, 8-SELER I PRODUKTYPOCHODNE, 9-SOJA I PRODUKTY POCHODNE, W PRZYGOTOWYWANIU DIET : DO ZAGĘSZCZENIA ZUP I SOSÓW UŻYWAMY MAŁKI KUKURYDZIANEJ LUB MIESZANKI BEZGLUTENOWEJ FIRMY SCHAR, DLA DIETY BEZGLUTENOWEJ PODAJEMY PIECZYWO BEZGLUTENOWE ORAZ MAKARONY KTÓRE NIE ZAWIERAJĄ W SWOIM SKŁADZIE JAJ I GLUTENU, DLA DIETY BEZMLECZNEJ, MLEKO ROŚLINNE.

SPORTINA PORADNIA DIETETYCZNA JULIA WIĘCŁAW