ZESTAW I - BEZGLUTENOWE/BEZMLECZNE

DZIEŃ TYGODNIA	OBIAD
PONIEDZIAŁEK	**I danie: zupa ogórkowa (250ml)** (ogórek kiszony, ziemniak, marchew, pietruszka, cebulka prażona, śmietanka roślinna, por, przyprawa Smak Natury, ziele angielskie, liść laurowy, koperek, czosnek, lubczyk) **II danie: fasolka po bretońsku, puree ziemniaczane** **(fasolka po bretońsku 100g, ziemniak puree 120g)** (fasolka, koncentrat pomidorowy, pasta ze świeżych pomidorów, przyprawa Smak Natury, sól, pieprz, cukier, śmietanka roślinna, ziemniaki)
WTOREK	**I danie: rosół z niteczkami bezglutenowymi** **(zupa 200 ml, makaron 60g)** (kura rosołowa, kurczak, marchew, pietruszka korzeń, seler, por zapiekany, sól, pieprz, lubczyk, przyprawa Smak Natury, makaron nitki bezglutenowe) *Alergeny: seler* **II danie: potrawka z kurczaka zagęszczona mąką krakowską bezglutenową, ryż, marchewka z groszkiem** **(ryż 100g, kurczak z sosem 100g, marchewka z groszkiem 50g)** (filet z kurczaka, sól, pieprz, przyprawa Smak Natury, śmietanka roślinna, masło 100% roślinne, wywar mięsno-jarzynowy, ryż, marchew z groszkiem, cukier, sok z cytryny, mąka bezglutenowa)
ŚRODA	**I danie: kremik z białych warzyw** (wywar warzywny, pietruszka, kalafior, ziemniak, śmietanka roślinna, por, pietruszka, sól, pieprz, cebula) **II danie: zakręcone bolognese bezglutenowe zagęszczone warzywami** **(makaron 100g, mięsny sos 100g)** (mięso łopatka wieprzowa, koncentrat pomidorowy, cebula, czosnek, pieprz, sól, oregano, makaron bezglutenowy)
CZWARTEK	**I danie**: **krem marchewkowy (250 ml)** (bulion, marchew, por, śmietanka roślinna, przyprawa Smak Natury, mąka bezglutenowa) **II danie**: **kotlecik drobiowy w bułce tartej bezglutenowej, ziemniaki, surówka z białej kapusty z koperkiem** **(ziemniaki 120g, mięso 70g, surówka 50g)** (mięso filet z kurczaka, sól, pieprz, cebula, czosnek mielony, bułka tarta bezglutenowa, ziemniaki, koperek, biała kapusta, majonez vegański)
PIĄTEK	**I danie: zupka pomidorowa z makaronem bezglutenowym** **(zupa 200 ml, makaron 50g)** (wywar warzywny, koncentrat pomidorowy, cebula, sól, pieprz, cukier, makaron bezglutenowy) **II danie: rybka w bezglutenowej panierce, hamburger Rolls, surówka coleslaw** **(hamburger 1 szt., ryba 60g, surówka 50g)** (mintaj, mąka bezglutenowa, olej słonecznikowy, sól, pieprz, mąka kukurydziana, kapusta, marchewka, majonez vege) *Alergeny: ryba*

ZESTAW II BEZGLUTENOWY/BEZMLECZNE

DZIEŃ TYGODNIA	OBIAD
PONIEDZIAŁEK	**I danie: zupa jarzynowa (250ml)** (wywar jarzynowy, marchew, koperek, kalarepka, pietruszka, por, seler, groszek zielony, ziemniaki, sól, Smak Natury) **II danie: gnocchi bezglutenowe z okrasą, surówka z marchewki** **(gnocchi 120g, surówka 50g)** (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, szynka wędzona – parzona, marchewka, śmietanka roślinna, kwasek cytrynowy, cukier, sól)
WTOREK	**I danie: grochówka (250ml)** (groch, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, cebulka prażona, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, czosnek) *Alergeny: seler* **II danie: makaron bezglutenowy, vege pulpeciki w sosie pomidorowym z warzywami** **(makaron 100g, pulpeciki + sos 100g)** (makaron bezglutenowy, kukurydza, groszek, marchewka, papryka, jarmuż, ziemniak, koncentrat pomidorowy, pomidory pelati, cebula prażona, mąka bezglutenowa, olej słonecznikowy)
ŚRODA	**I danie: krem dyniowy (250ml)** (dynia, włoszczyzna, mleczko kokosowe, sól, przyprawa Smak Natury, cukier, mąka bezglutenowa) *Alergeny: seler* **II danie**: **kotlecik mielony bezglutenowy, ziemniaki, mizeria** **(ziemniaki 120g, mięso 70g, mizeria 50g)** (mięso wieprzowe, sól, pieprz, cebula, czosnek mielony, bułka tarta bezglutenowa, ziemniaki, ogórek zielony, jogurt grecki, sól, cukier, kwasek cytrynowy, koperek) **Bezmleczne: kotlecik mielony, ziemniaki, mizeria na jogurcie roślinnym**
CZWARTEK	**I danie: kapuśniaczek (250ml)** (wywar jarzynowy, ziemniaki, cebula, kapusta kiszona, czosnek, pieprz, napar z ziela angielskiego i liścia laurowego, Smak Natury, majeranek) *Alergeny: seler* **II danie: kaszotto drobiowe, buraczki** (kasza 100g, mięso w sosie 100g, buraczki 50g) *(kasza gryczana, filet z kurczaka, cebula, mąka bezglutenowa, sól, pieprz, papryka, majeranek, czosnek, burak gotowany, olej, cukier*) *Alergeny:* *Składniki odżywcze: białko 21 g, węglowodany 43g, tłuszcze 10,6g, wartość energetyczna: 352 kcal*
PIĄTEK	**I danie: krupniczek jaglany z krokiecikiem bezglutenowym (250ml)** (wywar jarzynowy, kasza jaglana, marchew, pietruszka, por, ziemniaki, cebula prażona, czosnek, majeranek, mintaj, maka kukurydziana) *Alergeny: ryba* **II danie: kluseczki półfrancuskie, sos słoneczny** **(kluseczki 100g, sos 60g)** (mąka bezglutenowa, śmietanka roślinna, sól, brzoskwinia, cukier, kisiel brzoskwiniowy)

ZESTAW III - BEZGLUTENOWE/BEZMLECZNE

DZIEŃ TYGODNIA	OBIAD
PONIEDZIAŁEK	**I danie: pomidorowa z ryżem (250ml)** (wywar warzywny, włoszczyzna, koncentrat pomidorowy, cebula, sól, pieprz, cukier, ryż) *Alergeny: seler* **II danie: kopytka bezglutenowe w sosie truskawkowym** **(kopytka 100g, sos 80g)** (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, truskawki, kisiel truskawkowy, cukier, sól)
WTOREK	**I danie: kremik z ciecierzycy z grzankami z tosta bezglutenowego (250ml)** (wywar jarzynowy – marchew, pietruszka, por, ziemniak, ciecierzyca, napar z ziela i liścia angielskiego, czosnek, zioła prowansalskie, drożdże, mąka bezglutenowa, sól, pieprz, śmietanka roślinna) *Alergeny: seler* **II danie: roślinne bolognese z warzywami, makaron bezglutenowy** (białko sojowe, cebula prażona, skrobia, koncentrat pomidorowy, passata, marchew, pietruszka, por, papryka, makaron, sól, pieprz, czosnek, oregano, mąka bezglutenowa, śmietanka roślinna) *Alergeny: soja*
ŚRODA	**I danie: rosół z niteczkami bezglutenowymi** **(zupa 200 ml, makaron 60g)** (kura rosołowa, kurczak, marchew, pietruszka korzeń, seler, por zapiekany, sól, pieprz, lubczyk, przyprawa Smak Natury, makaron nitki bezglutenowy) *Alergeny: seler* **II danie: pulpeciki w sosie koperkowym zagęszczony mąką bezglutenową, ryż, marchewka z groszkiem** **(mięso 70g, ryż 100g, sos 50g)** (filet z kurczaka, bułka tarta bezglutenowa, masło 100%, roślinne, cebulka prażona, śmietana roślinna, sól, pieprz, koperek)
CZWARTEK	**I danie: zupka fasolowa (250ml)** (włoszczyzna, ziemniaki, fasola biała, śmietanka roślinna, przyprawa Smak Natury, cebulka prażona, majeranek, pieprz) *Alergeny: seler* **II danie: strogonow z kluseczkami bezglutenowymi** **(mięso 50g, sos 50g, kluseczki 100g)** (filet z kurczaka, pieczarki, koncentrat pomidorowy, cebulka, śmietanka roślinna, mąka bezglutenowa, sól, pieprz, papryka mielona, czosnek)
PIĄTEK	**I danie**: **barszczyk z kolankami bezglutenowymi (250ml)** (makaron bezglutenowy, marchew, pietruszka, por, cebula, czosnek, buraki, sól, cukier, kwasek cytrynowy, majeranek) **II danie: filecik w chrupiącej panierce bezglutenowej, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty** **(ziemniaki 120g, ryba 70g, surówka 50g)** *(łupacz., mąka kukurydziana, ziemniaki, kapusta kiszona, marchewka, sól, pieprz, cukier, olej **rzepakowy**)*

ZESTAW IV - BEZGLUTENOWY/BEZMLECZNY

DZIEŃ TYGODNIA	OBIAD
PONIEDZIAŁEK	**I DANIE: KREMIK SZPARAGOWY Z GROSZKIEM PTYSIOWYM BEZGLUTENOWYM (250ML)** (wywar jarzynowy, przecier szparagowy, ziemniak, śmietanka roślinna, mąka bezglutenowa, sól) *Alergeny: seler* **II BEZMLECZNE: KNEDLE Z MORELĄ, SOS WANILIOWY** **II BEZGLUTENOWE: KULECZKI Z BATATA, SOS WANILIOWY** **(100G, SOS 70G)** (batat, skrobia, śmietanka roślinna, cukier waniliowy, sól
WTOREK	**I DANIE**: Z**UPA ZIEMNIACZANA (250ML)** (ziemniaki, włoszczyzna, śmietanka roślinna, sól, pieprz, majeranek, przyprawa Smak Natury) *Alergeny: seler* **II DANIE: GULASZ WIEPRZOWY, KASZA GRYCZANA BIAŁA, BURACZKI** **(KASZA 100G, MIĘSNY SOS 100G, BURAKI 50G)** (kasza gryczana biała, mięso wieprzowe, mąka bezglutenowa, sól, pieprz, czosnek, majeranek, buraki)
ŚRODA	**I DANIE**: **KREM KALAFIOROWY (250ML), RYBKA NA PARZE** (miruna, wywar jarzynowy, włoszczyzna, ziemniak, kalafior, koperek, przyprawa Smak Natury, śmietanka roślinna) *Alergeny: seler* **II DANIE: MAKARON BEZGLUTENOWY W SOBIE POMIDOROWYM Z WARZYWAMI** **(MAKARON 100G, SOS 100G)** (makaron bezglutenowy, koncentrat pomidorowy, pomidory pelati, cebula prażona, mąka bezglutenowa, marchew, pietruszka, sól, cukier, pieprz, papryka mielona)
CZWARTEK	**I DANIE**: **KREM POMIDOROWO- PIETRUSZKOWY (250ML)** (pomidory pelati, koncentrat pomidorowy, pietruszka, cebula, śmietanka roślinna) *Alergeny: seler* **II DANIE: UDKO PIECZONE, ZIEMNIAKI, SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY Z MARCHEWKĄ** **(UDKO 70G, ZIEMNIAKI 120G, SURÓWKA 50G)** (podudzie z kurczaka bez kości, sól, pieprz, papryka, olej, majeranek, czosnek, ziemniaki, kapusta biała, marchewka)
PIĄTEK	**I DANIE: KREMIK Z CZERWONEJ SOCZEWICY (250ML)** (czerwona soczewica, włoszczyzna, cebula prażona, ziele angielskie, liść laurowy, śmietanka roślinna, majeranek, czosnek) *Alergeny: seler* **II DANIE:** **BEZGLUTENOWE: NALEŚNIKI BEZGLUTENOWE, DŻEM** **(NALEŚNIKI 120G, DŻEM 50G)** (mąka bezglutenowa, śmietanka roślinna, cukier waniliowy, dżem brzoskwiniowy – brzoskwinie, pektyny, fruktoza)