

## Jadłospis - standard

e-mail [kontakt@naturacatering.pl](mailto:kontakt@naturacatering.pl) tel 537 178 595

<u>Poniedziałek</u>	<u>Wtorek</u>	<u>Środa</u>	<u>Czwartek</u>	<u>Piątek</u>
<p>Szynka z indyka <b>Ser</b> <b>Pieczywo</b> mieszane z <b>masłem</b> Talerz warzyw (ogórek, papryka) Herbata owocowa <i>Alergeny; mleko, gluten</i></p>	<p>Zupa mleczne abecadło (mleko, makaron literki z pszenicy durum) Dżem Chleb <b>pszenno-żytni z masłem</b> Talerz warzyw (marchewka, kalarepka) Herbata owocowa <i>Alergeny; gluten, mleko</i></p>	<p>Pasta z pieczonym burakiem, <b>serkiem naturalnym</b>, pestkami dyni i czarnuszką <b>Ser</b> gouda <b>Pieczywo pszenno-żytnie z masłem</b> Talerz warzyw (ogórek, rzodkiewka, papryka) Napar z melisy <i>Alergeny; gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Tosty zapiekane z mozzarellą Ketchup Talerz warzyw (ogórek, kielki, pomidor) Herbata z cytryną <i>Alergeny: gluten, mleko</i></p>	<p>Pasta z tuńczyka (tuńczyk, jajko, szczypiorek, odrobina majonezu, przyprawy) <b>Serek śmietankowy</b> Chleb <b>graham i pszenno-żytni z masłem</b> Talerz warzyw (ogórek, sałata, ogórek kiszony) Herbata owocowa <i>Alergeny: gluten, mleko, ryba, jajko</i></p>
<p>Krupnik „5 zbóż” z soczewicą (woda, marchew, ziemniaki, ryż, kasza jaglana, <b>wiejska, pęczak, mazurska</b>, soczewica, cebula, por, seler, pietruszka korzeń, koper, sól, pieprz, oliwa z oliwek) <i>Alergeny: seler, gluten</i></p>	<p>Zupa krem z białych warzyw (woda, ziemniaki, pasternak, cebula, por, <b>seler</b>, pietruszka korzeń, marchew, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, oliwa z oliwek) <i>Alergeny: seler</i></p>	<p>Zupa wiosenna z koperkiem (woda, mięso z kurczaka, kaliafor, kapusta, koperek, ziemniaki, marchew, cebula, por, <b>seler</b>, pietruszka korzeń, sol, pieprz, listek laurowy, ziele angielskie) <i>Alergeny: seler</i></p>	<p>Brokułowa (woda, brokuły, marchew, ziemniaki, <b>seler</b>, pietruszka, por, cebula, sól, pieprz, oliwa z oliwek, ziele angielskie, liść laurowy) <i>Alergeny: seler</i></p>	<p>Pomidorowa z ryżem (woda, pomidory, marchew, ryż pełnoziarnisty, cebula, por, <b>seler</b>, pietruszka korzeń, ziola, przyprawy, oliwa z oliwek) <i>Alergeny: seler</i></p>
<p>Makaron kokardki z twarożkiem posypany rodzynkami (makaron kokardki z <b>pszenicy durum</b>, <b>twaróg</b>, <b>jogurt naturalny</b>, rodzynki, cukier wanilinowy) <i>Alergeny: mleko, gluten</i></p>	<p>Gołąbki „inne” (z kapustą w środku) z sosem pomidorowym (mięso szynka/topatka, kapusta, ryż pełnoziarnisty, pomidory, marchew, pietruszka, cebula, por, <b>jajko</b>, przyprawy i zioła) <b>Kasza pęczak jęczmienny</b> Ogórek kiszony <i>Alergeny: gluten, jajko</i></p>	<p>Filet z kurczaka w delikatnym cytrynowym sosie (filet z kurczaka, pietruszka korzeń, cebula por, przyprawy, cytryna) <b>Ziemniaki</b> Surówka z marchewki <i>Alergeny: brak</i></p>	<p>Leczo z warzywami i kielbasą (pomidory, <b>kielbasa</b>, papryka, cebula, marchew, cukinia) <b>Ryż paraboliczny</b> <i>Alergeny: gorczyca</i></p>	<p><b>Pierogi</b> z truskawkami <b>Jogurt</b> do polania <i>Alergeny: gluten, mleko</i></p>
<p>Pasta z ciecierzycy z pestkami dyni (ciecierzyca, suszone pomidory, marchewka, pestki dyni, cebula, olej, sól, pieprz) <b>Pieczywo chrupkie</b> <i>Alergeny; brak</i></p>	<p>Koktajl owocowy (<b>jogurt naturalny</b>, brzoskwinie, mus jabłkowy, <b>mleko</b>) <i>Alergeny: mleko</i></p>	<p>Ciasto domowe brownie buraczano-kakaowe (buraki, mus jabłkowy, <b>mąka</b>, kakao, <b>jaja</b>, olej, cukier, proszek do pieczenia) <i>Alergeny: gluten, jajko</i></p>	<p>Jogurt straciatella (<b>jogurt naturalny</b>, czekolada gorzka) <b>Owoc</b> <i>Alergeny: mleko</i></p>	<p>Ciastka owsiane (<b>płatki owsiane</b>, mąka <b>pszenna</b>, <b>masło</b>, <b>jaja</b>, cukier, proszek do pieczenia) <b>Owoc</b> <i>Alergeny: gluten, mleko, jajko</i></p>

Opiekę nad menu prowadzi Dietetyczka Aleksandra Spychalska z Poradni Dietetycznej JIL [www.jedzeniejakleczenie.pl](http://www.jedzeniejakleczenie.pl)