MENU WEGETARIAŃSKIE

LISTOPAD 2021

WTOREK 02.11.2021

KAPUŚNIACZEK
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☻
Włoszczyzna/ kapusta kiszona/ ziemniaki/ lubczyk/ liść laurowy/ ziele angielskie

ALERGENY 9

SPAGHETTI A'LA BOLOGNESE Z CZERWONĄ SOCZEWICĄ
260g – makaron spaghetti durum/ czerwona soczwica /pomidory/ cebula/ czosnek/ bazylia/ oregano/ tymianek/tarty ser

ALERGENY 1,7

SOK JABŁKOWY/ WODA Z CYTRYNĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

ŚRODA 03.11.2021

POMIDOROWA Z MAKARONEM NITKI
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺
włoszczyzna/ przecier pomidorowy/ śmietana 9%/ makaron nitkii durum / lubczyk / pieprz/ liść laurowy, ziele angielskie/ pieprz

ALERGENY 1,9

KOTLET A'LA SCHABOWY Z CIECIERZYCY 110g
ciecierzyca/ cebula/ bułka tarta/ mąka pszenna/ mleko roślinne / pieprz biały/ olej rzepakowy

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 150g

BURACZKI 80g

ALERGENY 1,3,7

KOMPOT TRUSKAWKOWY/ WODA Z CYTRYNĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

CZWARTEK 04.11.2021

KREM Z ZIELONEGO GROSZKU Z GRZANKAMI
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☻
Włoszczyzna/ groszek zielony/ cebula/ ziemniaki/ czosnek/ śmietana 9%/ lubczyk/ sok z cytryny/ grzanki

ALERGENY 1,7,9

KASZOTTO Z KASZY BULGUR Z BIAŁĄ FASOLKĄ I WARZYWAMI
200g – kasza bulgur/ biała fasolka/ papryka/ szpinak liście/ cukinia/ pomidor krojony/ czosnek/ oliwa/ kurkuma/kmin rzymski/ słdka papryka

SURÓWKA Z POMIDORA Z CEBULKĄ I ŚWIEŻĄ KOLENDRĄ 80g
ogórek zielony/ rzodkiewka/ czerwona cebula

ALERGENY 1

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z POMARAŃCZĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

PIĄTEK 05.11.2021

GRÓCHÓWKA
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺
Włoszczyzna/ groch łuskany/ ziemniaki/ olej słonecznikowy/ czosnek/ cebula/ majeranek/ liść laurowy/ ziele angielskie

ALERGENY 9

KOPYTKA W KREMOWYM SOSIE PAPRYKOWYM
Porcja 260g – ziemniaki/ mąka / jajka/ papryka czerwona/ cebula/ czosnek/ śmietana 9%/ papryka słodka

OGÓREK ZIELONY SŁUPKI 80g

ALERGENY 1,3,7

SOK JABŁKO WIŚNIA / WODA Z CYTRYNĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

BAREK Z WARZYWAMI DO OBIADU

MENU WEGETARIAŃSKIE

LISTOPAD 2021

PONIEDZIAŁEK [illegible]21

ZUPA JARZYNOWA
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺
włoszczyzna/ ziemniaki/ kalafior/ brokuł/ fasolka szparagowa/ groszek/ śmietana 9%/ lubczyk/ pieprz

ALERGENY 7,9

MAKARON PENNE ZE SZPINAKIEM I SEREM FETA
Porcja 280g – ser feta/ makaron penne durum/ szpinak/ cebula/ czosnek/ śmietana 9%/ oliwa z oliwek/ / pieprz

ALERGENY 1,7

SOK JABŁKO PORZECZKA/ WODA Z POMARAŃCZĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

WTOREK 09.11.2021

KREM Z DYNI Z MLEKIEM KOKOSOWYM I PRAŻONYMI PESTKAMI DYNI I SŁONECZNIKA
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺
dynia/ ziemniaki/ marchew/ mleko kokosowe/ sok pomarańczowy/ curry/ imbir/ kafir/ czosnek/ prażone pestki słonecznika i dyni do posypania

ALERGENY 1,3,7,9

NALEŚNIKI Z BIAŁYM SEREM Z POLEWĄ JAGODOWĄ
Porcja 280g – mąka gryczana/ mąka pszenna/ mleko 2%/ jajka/ ser twarogowy/ jagody/ jogurt naturalny

ALERGENY 1,3,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

ŚRODA 10.11.2021

ZUPA OGÓRKOWA
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺
Włoszczyzna/ ogórek kiszony/ ziemniaki/śmietana 9%/ koperek/ziele angielskie/ liść laurowy/ lubczyk/ pieprz czarny / liść laurowy/ pieprz

ALERGENY 1,7,9

PANIEROWANE NUGGETSY Z KALAFIORA Z SEZAMEM
110g – kalafior/ bułka tarta/ sezam/ jajko/ pieprz biały/ olej rzepakowy

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 120g

MINI MARCHEWECZKI NA PARZE 80g

ALERGENY 1,3,7,11

KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z POMARAŃCZĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

BAREK Z WARZYWAMI DO OBIADU

MENU WEGETARIAŃSKIE

LISTOPAD 2021

PONIEDZIAŁEK 15.11.2021

KRUPNIK Z KASZĄ PERŁOWĄ
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺
Włoszczyzna/ kasza perłowa/ ziemniaki/ koperek/ ziele angielskie/ liść laurowy/ pieprz czarny/ lubczyk

ALERGENY 1,9

GULASZ WĘGIERSKI Z SOCZEWICĄ
120g – soczewica/ papryka czerwona i żółta/ cebula/ marchewka/ pomidory/ koncentrat pomidorowy/ olej rzepakowy/ liść laurowy/ papryka wędzona i słodka/ pieprz

MAKARON KOKARDKI 100g

SURÓWKA Z OGÓRKÓW KISZONYCH 80g
ogórek kiszony/ cebula/ kukurydza

ALERGENY 1

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z POMARAŃCZĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

WTOREK 16.11.2021

BULION WARZYWNY Z MAKARONEM
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺
makaron nitki durum/ włoszczyzna/cebula/ natka pietruszki/ lubczyk/ kozieradka/ jałowiec/ ziele angielskie/ liść laurowy/ pieprz czarny

ALERGENY 1,9

KOTLECIKI JAJECZNE Z NATKĄ I SZCZYPIORKIEM
110g – jajka/ bułka tarta/ jajko/ pieprz biały/natka pietruszki/ szczypiorek/ olej rzepakowy

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 120g

MARCHEWKA Z GROSZKIEM 80g

ALERGENY 1,3,7

SOK JABŁKOWY / WODA Z CYTRYNĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

ŚRODA 17.11.2021

BARSZCZ UKRAIŃSKI
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺
Włoszczyzna/ fasola/ cebula/ kapusta włoska/ buraki/ czosnek/ pomidory/ liść laurowy/ ziele angielskie/ pieprz ziołowy/ śmietana 9%

ALERGENY 7,9

KOTLETY GRYCZANE Z SEREM FETA
180g – kasza gryczaNa/ ser feta/ ser zóły/ gałka muszkatołowa/ jajko/ pieprz

MIZERIA 80g
ogórek zielony/ jogurt naturalny/ sok z cytryny

ALERGENY 1,3,7

SOK JABŁKOWO WIŚNIOWY / WODA Z CYTRYNĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

CZWARTEK 18.11.2021

ŻUREK Z JAJKIEM
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺
Włoszczyzna/ zakwas na mące żytniej/ ziemniaki/ czosnek/ ziele angielskie/ liść laurowy/ majeranek/ śmietana 9%/ jajko

ALERGENY 1,7,9

RYŻ Z MUSEM Z PRAŻONYCH JABŁEK Z CYNAMONEM I PŁATKAMI MIGDAŁÓW W POLEWIE JOGURTOWEJ 280g

ALERGENY 3,7,8

KOMPOT TRUSKAWKOWY / WODA Z POMARAŃCZĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

PIĄTEK 19.11.2021

POMIDOROWA Z MAKARONEM ZWIERZACZKI
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺
włoszczyzna/ przecier pomidorowy/ śmietana 9%/ makaron zwierzaczki durum / lubczyk / pieprz/ liść laurowy, ziele angielskie/ pieprz

ALERGENY 1,7,9

FALAFEL

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 120g

SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ, MARCHEWKI I JABŁKA
80g – kwaszona kapusta/ marchew/ jabłko/ oliwa z oliwek

ALERGENY brak

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z CYTRYNĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

BAREK Z WARZYWAMI DO OBIADU

MENU WEGETARIAŃSKIE

LISTOPAD 2021

PONIEDZIAŁEK 22.11.2021

ZUPA JESIENNA JARZYNOWA
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺
włoszczyzna /pomidory /ziemniaki /jarmuż/soczewica czerwona /kasza pęczak /lubczyk/ziele angielskie/liść laurowy/ pieprz czarny

ALERGENY 1,9

NALEŚNIKI Z BIAŁYM SEREM Z POLEWĄ TRUSKAWKOWĄ
Porcja 280g – mąka gryczana/ mąka pszenna/ mleko 2%/ jajka/ ser twarogowy/ truskawki/ jogurt naturalny

ALERGENY 1,3,7

KOMPOT WIŚNIOWY / WODA Z POMARAŃCZĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

WTOREK 23.11.2021

ZUPA OGÓRKOWA
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺
Włoszczyzna/ ogórek kiszony/ ziemniaki/śmietana 9%/ koperek/ziele angielskie/ liść laurowy/ lubczyk/ pieprz czarny / liść laurowy/ pieprz

ALERGENY 7,9

JARSKIE GOŁĄBKI W SOSIE POMIDOROWYM
(zawijane w kapuście włoskiej)
150g – marchewka/cebula/ por/ pietruszka/ jajko/ ryż kapusta włoska/ pieprz/ pomidory/ śmietana 9%/ liść laurowy/ ziele angielskie/ oregano/ koperek

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 120g

ALERGENY 1,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

ŚRODA 24.11.2021

KREM Z BATATÓW Z GRZANKAMI
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺
bataty/ marchew/ mleko kokosowe/ curry/ imbir/ kafir/ czosnek

ALERGENY 1

STRIPSY Z BOCZNIAKÓW
110g – boczniaki/ mąka kukurydziana/ słodka i ostra papryka/ jajka/ mleko 2%/ olej rzepakowy

RYŻ Z MARCHEWKĄ I GROSZKIEM 150g

DIP JOGURTOWO CZOSNKOWY 20g

ALERGENY 1,3,7

SOK JABŁKOWY/ WODA Z CYTRYNĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

CZWARTEK 25.11.2021

ZUPA KALAFIOROWA
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺
włoszczyzna/ ziemniaki/ kalafior/ śmietana 9%/ lubczyk/ liść laurowy/ ziele anielskie/ pieprz

ALERGENY 7,9

JESIENNY GULASZ Z DYNI
110g – dynia/ cukinia/marchewka / papryka żółta/ papryka czerwona/ cebula

KASZA KUSKUS 100g

OGÓRKI KISZONE 80g

ALERGENY 1

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z POMARAŃCZĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

PIĄTEK 26.11.2021

ZUPA FASOLOWA
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺
Włoszczyzna/ fasola JAŚ karłowy/ ziemniaki/ cebula/ liść laurowy/ majeranek/ lubczyk/ pieprz/ czosnek

ALERGENY 9

MAKARON TAGIATELLE Z RICOTTĄ I SZPINAKIEM
Porcja 280g– ser ricotta/ makaron tagiatelle durum/ szpinak/ cebula/ czosnek/ śmietana 9%/ oliwa z oliwek/ sok z cytryny/ pieprz/ koperek

ALERGENY 1,7

KOMPOT TRUSKAWKOWY / WODA Z CYTRYNĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

BAREK Z WARZYWAMI DO OBIADU

MENU WEGETARIAŃSKIE

LISTOPAD 2021

PONIEDZIAŁEK 29.11.2021

KRUPNIK Z KASZĄ PERŁOWĄ
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺
Włoszczyzna/ kasza perłowa/ ziemniaki/ koperek/ ziele angielskie/ liść laurowy/ pieprz czarny/ lubczyk

ALERGENY 1,9

SPAGHETTI NAPOLI
260g – makaron spaghetti durum/ /pomidory/ cebula/ czosnek/ bazylia/ oregano/ tymianek/tarty ser

ALERGENY 1,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z POMARAŃCZĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

WTOREK 30.11.2021

KREM Z BURAKÓW
Nielimitowana – rekomendowana porcja 250gr ☺
Włoszczyzna/ buraki/ cebula/ czosnek/ tymianek/ śmietana 9% sok z pomarańczy

ALERGENY 7,9

KOTLECIKI JAJECZNE Z NATKĄ I SZCZYPIORKIEM
110g – jajka/ bułka tarta/ jajko/ pieprz biały/natka pietruszki/ szczypiorek/ olej rzepakowy

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 120g
FASOLKA SZPARAGOWA 80g

ALERGENY 1,3

SOK JABŁKOWY / WODA Z CYTRYNĄ
nielimitowane

OWOC SEZONOWY

BAREK Z WARZYWAMI DO OBIADU

INFORMACJE DOTYCZĄCE ALERGENÓW

Zgodnie z obowiązkiem wynikającym z Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 przekazywać będziemy Państwu informacje na temat obecnych w podawanej żywności składników i innych substancji mogących powodować alergie i nietolerancje pokarmowe.

Wykaz alergenów

1. Zboża zawierające gluten;:
2. Skorupiaki i produkty pochodne;
3. Jaja i produkty pochodne;
4. Ryby;
5. Orzechy;
6. Soja i produkty pochodne;
7. Mleko i produkty pochodne;
8. Orzechy;
9. Seler i produkty pochodne;
10. Gorczyca i produkty pochodne;
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne;
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin i produkty pochodne;
14. Mięczaki i produkty pochodne.