



# MENU LISTOPAD 2021

WTOREK 02.11.2021

## KAPUŚNIACZEK

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

ALERGENY 9

## SPAGHETTI BOLOGNESE

260g – makaron spaghetti durum/ mięso wołowo-  
wieprzowe/ marchew/pomidory/ koncentrat pomidorowy/  
cebula/ czosnek/ bazylię/ oregano/tymianek/tarty ser

ALERGENY 1,7

## SOK JABŁKOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

## OWOC SEZONOWY



ŚRODA 03.11.2021

## ROSÓL Z MAKARONEM

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©  
Kurczak zagrodowy/ wołowina/ makaron nitki durum/  
włoszczyzna/cebula/ natka pietruszki/ lubczyk/ kozieradka/  
jałowiec/ ziele angielskie/ liść laurowy/ pieprz czarny

ALERGENY 1,9

## KOTLET SCHABOWY

110g – schab/ bułka tarta/ jajko/ pieprz biały/ olej rzepakowy

## ZIEMIANKI Z KOPERKIEM

150g

## BURACZKI

80g

ALERGENY 1,3,7

## KOMPOT TRUSKAWKOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

## OWOC SEZONOWY



CZWARTEK 04.11.2021

## KREM Z ZIEŁONEGO GROSZKU Z GRZANKAMI

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©  
Włoszczyzna/ groszek zielony/ cebula/ ziemniaki/ czosnek/  
śmietana 9%/ lubczyk/ sok z cytryny/ grzanki

ALERGENY 1,7,9

## PAŁECZKI Z KURCZAKA PO MAROKAŃSKU

150g – podudzie z kurczaka/ oliwa/ cebula/ czosnek/  
kolendra/ natka pietruszki/ kurkuma/ słodka papryka/ kumin/  
cytryna/ mąka ziemniaczana

## KASZA BULGUR

100g

Ryż paraboliczny/ curry/ cebula/ rodzynek/ czosnek

## SURÓWKA Z POMIDORA Z CEBULĄ 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 ZIEŁONY SŁUPKI

80g

ALERGENY 1,3,7

## SOK JABŁKO WIŚNIA / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

## OWOC SEZONOWY



# BAREK Z WARZYWAMI DO OBIADU



# MENU LISTOPAD 2021

PONIEDZIAŁEK 08.11.2021

## ZUPA JARZYNOWA

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

ALERGENY 7,9

## MAKARON PENNE Z INDYKIEM W SOSIE ŚMIETANOWO SZPINAKOWYM

Porcja 280g – pierś z indyka/ 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/ kaffir/ 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

## PANIEROWANA PIERŚ Z KURCZAKA Z SEZEMEM

110g – pierś z kurczaka/ bułka tarta/ sezam/ jajko/ pieprz  
biały/ olej rzepakowy

## ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 120g MINI MARCHEWCZKI NA PARZE 80g

ALERGENY 1,3,7,11

## KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z POMARAŃCZĄ

nielimitowane

## OWOC SEZONOWY



# BAREK Z WARZYWAMI DO OBIADU



# MENU 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

120g – mięso wieprzowe/ 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

## ROSÓŁ Z MAKARONEM

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©  
Kurczak zagrodowy/ wołowina/ makaron nitki durum/ włoszczyzna/ cebula/ natka pietruszki/ lubczyk/ kozieradka/ jątowiec/ ziele angielskie/ liść laurowy/ pieprz czarny

ALERGENY 1,9

## KOTLET MIELONY Z INDYKA

110g – udziec z indyka/ bułka tarta/ jajko/ pieprz biały/woda gazowana/ 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 ziółowy/ śmietana 9%

ALERGENY 7,9

## BITKI Z SZYNKI WIEPRZOWEJ W SOSIE WŁASNYM

110g – szynka wieprzowa/ cebula/ mąka pszenna/ liść laurowy/ ziele angielskie/ olej rzepakowy

## KASZA GRZYCZANA 120g

## MIZERIA 80g

ogórek zielony/ jogurt naturalny/ sok z cytryny

ALERGENY 1,7

## SOK JABŁKOWO WIŚNIOWY / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

## OWOC SEZONOWY



CZWARTEK 18.11.2021

## ŻUREK Z BIAŁĄ KIEŁBASKĄ I JAJKIEM

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©  
Włoszczyzna/ zakwas na mące żytniej/ biała kiełbasa/ 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

## PANIEROWANY FILET Z DORSZA

120g – filet z dorsza/ bułka tarta/ jajko/ pieprz biały/ olej rzepakowy

## ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 120g

## SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ, MARCHEWKI I JABŁKA

80g – kwaszona kapusta/ marchew/ jabłko/ oliwa z oliwek

ALERGENY 1,4,7

## KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

## OWOC SEZONOWY



# BAREK Z WARZYWAMI DO OBIADU



# MENU 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**

## GOŁĄBKI W SOSIE POMIDOROWYM

(zawijane w kapuście włoskiej)

150g – szynka wieprzowa/ jajko/ cebula/ ryż kapusta włoska/  
pieprz/ pomidory/ śmietana 9%/ liść laurowy/ ziele angielskie/  
oregano/ koperek

## ZIEMNIANKI 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 PIERSI Z KURCZAKA

110g – pierś z kurczaka/ 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 DYNIĄ I INDYKIEM

110g – INDYK/ 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 FASOŁOWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©  
Włoszczyzna/ fasola JAS kartowy/ ziemniaki/ cebula/ liść  
laurowy/ majeranek/ lubczyk/ pieprz/ czosnek

**ALERGENY 9**

## MAKARON TAGIATELLE Z PIECZONYM ŁOSOSIEM W SOSIE ŚMIETANOWO SZPINAKOWYM

Porcja 280g – łosoś/ makaron tagiatelle durum/ szpinak/  
cebula/ czosnek/ śmietana 9% oliwa z oliwek/ sok z cytryny/  
pieprz/ koperek

**ALERGENY 1,4,7**

## KOMPOT TRUSKAWKOWY / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

## OWOC SEZONOWY



# BAREK Z WARZYWAMI DO OBIADU



# MENU 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 BOLOGNESE

260g – makaron spaghetti durum/ mięso wołowo-wieprzowe/ marchew/pomidory/ koncentrat pomidorowy/ cebula/ czosnek/ bazylia/ oregano/tymianek/tarty ser

ALERGENY 1,7

## KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z POMARAŃCZĄ

nielimitowane

## OWOC SEZONOWY



WTOREK 30.11.2021

## ROSÓŁ Z MAKARONEM

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©  
Kurczak zagrodowy/ wołowina/ makaron nitki durum/ włoszczyzna/cebula/ natka pietruszki/ lubczyk/ kozieradka/ jałowiec/ ziele angielskie/ liść laurowy/ pieprz czarny

ALERGENY 1,9

## KOTLECICKI JAJECZNE Z NATKĄ I SZCZYPIORKIEM

110g – jajka/ bułka tarta/ jajko/ pieprz biały/natka pietruszki/ szczypiorek/ olej rzepakowy

## ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM<sup>120g</sup> FASOLKA SZPARAGOWA<sup>80g</sup>

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 alergię 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.