



**KUCHNIA**  
CATERINGOWA

## **MENU OBIADOWE OD 02.01 DO 31.01-DIETA WEGETARIAŃSKA**

### **WTOREK 02.01**

**Zupa:** Kalafiorowa z ziemniakami i zielonym groszkiem /9/

**Drugie danie:** Domowe chilli corn carne /marchewka, dynia, czerwona fasolka, kukurydza/ z **soczewicą**  
kasza jęczmienna pęczak /1/

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Jogurt naturalny z truskawkami

### **ŚRODA 03.01**

**Zupa:** Pomidorowa na wywarze **warzywnym** z makaronem śmietaną i natką pietruszki /1,7,9/

**Drugie danie:** Kotlet z **fasoli** w panierce kukurydzianej /1,3/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/  
surówka z kiszzonego ogórka i papryki

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Ciasto drożdżowe z owocami i kruszonką /1,3,7/

### **CZWARTEK 04.01**

**Zupa:** Meksykańska z majerankiem czerwoną fasolką i **kukurydzą** /9/

**Drugie danie:** Naleśniki /1,3,7/ z twarogiem i brzoskwiniami /7/ sos z czerwonych owoców

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Jabłko / 3 Biskopty /1,3,7/

### **PIĄTEK 05.01**

**Zupa:** Jarzynowa z brukselką i makaronem /1,9/

**Drugie danie:** Kotlet z **kaszy jaglanej i soczewicy**/1,3/ pieczone ziemniaczki sos tatarski marchewka z  
groszkiem glazurowana masłem /7/

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Domowa drożdżówka z owocami

### **PONIEDZIAŁEK 08.01**

**Zupa:** Krupnik na wywarze **warzywnym** z jarzynami kaszą jaglaną i natką pietruszki /9/

**Drugie danie:** Gulasz warzywny /dynia, bakłażan, cukinia, papryka, marchewka, ziemniak/ z **białą**  
**fasolką** pyzy drożdżowe /1,7/ kiszony ogórek

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Banan/ 2 Wafelki ryżowe

#### **WTOREK 09.01**

**Zupa:** Kapuśniak ze słodkiej i kiszanej kapusty na wywarze **warzywnym** /9/

**Drugie danie:** Kotlet **jajeczny z warzywami** /1,3/ gotowane ziemniaczki baby z koperkiem zasmażane buraczki z jabłkiem

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Bułeczka cynamonowa /1,3,7/

#### **ŚRODA 10.01**

**Zupa:** Ogórkowa na wywarze **warzywnym** z ziemniakami koperkiem i śmietaną /7,9/

**Drugie danie:** Makaron świderki /1/z pieczonymi warzywami w sosie pomidorowo-śmietanowym posypyany serem mozzarella /7/

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Jogurt naturalny z ciasteczkami korzennymi i wiśniami /1,7/

#### **CZWARTEK 11.01**

**Zupa:** Krem ziemniaczano-porowy z majerankiem z grzankami razowymi /1,9/

**Drugie danie:** **Curry wegetariańskie z ciecierzycą i dynią** ryż biały surówka koperkowa z kukurydzą

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Ciasto marchewkowe z ananasek i bakaliami (bez orzechów) /1,3/

#### **PIĄTEK 12.01**

**Zupa:** Kalafiorowo-brokulowa z ziemniakami i koperkiem /9/

**Drugie danie:** Pancakes /1,3,7/ z domowym serkiem czekoladowym /7/ i musem z czerwonych

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Kisiel owocowy z wiśniami / Jabłko

#### **PONIEDZIAŁEK 15.01**

**Zupa:** Krem z ciecierzycy i białych warzyw /9/ z grzankami razowymi /1/

**Drugie danie:** **Wegetariańska pieczeń z soczewicy i marchewki** /3/ w sosie z pieczonych warzyw ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty z czerwoną papryką i kiszonym ogórkiem

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Koktajl mango na jogurcie greckim z bananem i cynamonem /7/ Gruszka

#### **WTOREK 16.01**

**Zupa:** **Bulion wegetariański** z jarzynami makaronem i natką pietruszki /1,9/

**Drugie danie:** **Cukinia** w panierce kukurydzianej /1,3/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ surówka z pora jabłko marchewki i natki pietruszki

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Piernik z polewą czekoladową i kokosem /1,3,7/

### ŚRODA 17.01

**Zupa:** Delikatna zupa **jarzynowa** z papryką i czerwoną fasolką /9/

**Drugie danie:** Pierogi z serkiem czekoladowym /1,7/ mus jogurtowy z bananem i ovcami leśnymi /7/

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Jabłko / 2 sztuki pieczywa chrupkiego /1/

### CZWARTEK 18.01

**Zupa:** Barszcz czerwony na wywarze warzywnym z ziemniakami zabieleny śmietaną /7,9/

**Drugie danie:** **Pieczona ciecierzycy** ryż paraboliczny z warzywami lekki sos słodko-kwaśny na bazie

ananasa surówka z marchewki i selera /9/

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Paluch drożdżowy z serem /1,3,7/

### PIĄTEK 19.01

**Zupa:** Pomidorowa z ryżem jaśminowym śmietanką i natką pietruszki /7,9/

**Drugie danie:** **Kotlet z buraka i marchewki** /3/ zapiekane ziemniaczki z koperkiem surówka z kiszonej

kapusty jabłko i natki pietruszki

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Mandarynka/ Ciasteczko kokosowe na mące kukurydzianej /3/

### PONIEDZIAŁEK 22.01

**Zupa:** Ogórkowa na wywarze **warzywnym** z ziemniakami koperkiem i śmietaną /7,9/

**Drugie danie:** **Leczo warzywne z zieloną soczewicą** /1,3/ ryż brązowy blanszowany mix

warzyw/marchew, kukurydza, zielony groszek ,papryka/

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Banan /2 Herbatniki /1,3,7/

### WTOREK 23.01

**Zupa:** Krupnik na wywarze **warzywnym** z jarzynami kaszą jęczmienną i natką pietruszki /1,9/

**Drugie danie:** **Jajko sadzone** /3/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ surówka z białej kapusty

marchewki i kiszonego ogórka

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Szarlotka z cynamonową kruszonką /1,3/

### ŚRODA 24.01

**Zupa:** **Bulion wegetariański** z jarzynami makaronem i natką pietruszki /1,9/

**Drugie danie:** Naleśniki /1,3,7/ z serkiem bananowym /7/ konfitura z malin i czerwonych owoców

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Jabłko/ 2 Wafelki z ciecierzycy

#### **CZWARTEK 25.01**

**Zupa:** Słoneczna z kukurydzą ziemniakami i śmietanką /7,9/

**Drugie danie:** **Falafelki** w sosie pomidorowo-marchewkowym kopytka /1,3/ surówka z buraczków z cebulką marchewką i natką pietruszki

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Drożdżówka ze śliwką i kruszonką /1,3,7/

#### **PIĄTEK 26.01**

**Zupa:** Szczawiowa z ziemniaki i jajkiem zabiłona śmietanką /3,7,9/

**Drugie danie:** Makaron fussilli /1/ sos pomidorowo-marchewkowy z **zielonym groszkiem** natką pietruszki i śmietanką /7/

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Budyń śmietankowy z sosem wiśniowym /7/

#### **PONIEDZIAŁEK 29.01**

**Zupa:** Pomidorowa na wywarze **warzywnym** z makaronem nitki i śmietanką /1,7,9/

**Drugie danie:** Risotto z kurczakiem cukinią papryką i zielonym groszkiem /7/

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Crumble owocowe pod cynamonową kruszonką /1/

#### **WTOREK 30.01**

**Zupa:** Krem z białych warzyw /9/ z prażoną cebulką i grzankami razowymi /1/

**Drugie danie:** **Nuggetsy z kalafiora w panierce kukurydzianej** /1,3/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ surówka z pomidorów z ogórkiem kiszonym i cebulką

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Ciasto kakaowe z owocami i przyprawami korzennymi /1,3,7/

#### **ŚRODA 31.01**

**Zupa:** Kapuśniak z kiszonej i słodkiej kapusty na wywarze **warzywnym** /9/

**Drugie danie:** Makaron penne /1/ z sosem carbonara z **zielonym groszkiem** świeżą natką pietruszki i suszonymi pomidorami /3,7/

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Gruszka / 2 Wafelki kukurydziane

#### **ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:**

- 1** – Zboża zawierające gluten, **2** – Skorupiaki i produkty pochodne  
**3** – Jaja i produkty pochodne, **4** – Ryby i produkty pochodne, **5** – Orzeszki ziemne (arachidowe)  
**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, **14** – Mięczaki