



## KUCHNIA CATERINGOWA

### MENU OBIADOWE OD 02.01 DO 31.01

**diety: bezglutenowa BG, bez białek mleka krowiego BM**

#### WTOREK 02.01

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

**Drugie danie:** Domowe chilli corn carne /marchewka, dynia, czerwona fasolka, kukurydza/ z mięsem mielonym drobiowo-wieprzowym kasza jęczmienna pęczak /1/ **kasza gryczana BG**

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Koktajl z bananami i truskawkami BB

#### ŚRODA 03.01

**Zupa:** Pomidorowa na wywarze drobiowym z makaronem **bezglutenowym BG** śmietaną **roślinną BM** i natką pietruszki /9/

**Drugie danie:** Filet z piersi z kurczaka w panierce /3/ **BG** puree ziemniaczane z koperkiem i **oliwą z oliwek BM** surówka z kiszzonego ogórka i papryki

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Ciasto drożdżowe z owocami i kruszonką /1,3,7/ **Ciasto bezglutenowe z owocami i kruszonką /3/ BG BM**

#### CZWARTEK 04.01

**Zupa:** Meksykańska z majerankiem czerwoną fasolką i kawałkami mięsa /9/

**Drugie danie:** Naleśniki /1,3,7/ **Naleśniki bezglutenowe /3,7/ BG** Naleśniki na napoju roślinnym /1,3/ **BM** z twarożkiem i brzoskwiniami /7/ z **powidłami śliwkowymi BM** sos z czerwonych owoców

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Jabłko / 3 Biskopty /1,3,7/ 2 **Wafelki ryżowe BM BG**

#### PIĄTEK 05.01

**Zupa:** Jarzynowa z brukselką i makaronem **bezglutenowym /9/BG**

**Drugie danie:** Kotlet rybny z dorsza z **mąką kukurydzianą /3,4/ BG** pieczone ziemniaczki sos tatarski marchewka z groszkiem

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Domowa drożdżówka z owocami / **crumble owocowe BG**

#### PONIEDZIAŁEK 08.01

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

**Drugie danie:** Gulasz warzywny /dynia, bakłażan, cukinia, papryka, marchewka, ziemniak/ z filetem drobiowym pyzy drożdżowe /1,7/ **kasza gryczana BG BM** kiszony ogórek

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Banan / 2 Wafelki ryżowe

#### **WTOREK 09.01**

**Zupa:** Kapuśniak ze słodkiej i kiszonej kapusty na wywarze drobiowym /9/

**Drugie danie:** Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy w 0 /3/ **BG** gotowane ziemniaczki baby z koperkiem zasmażane buraczki z jabłkiem

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Bułeczka cynamonowa /1,3,7/ **Ciasto bezglutenowe z owocami cynamonem i kruszonką /3/ BG BM**

#### **ŚRODA 10.01**

**Zupa:** Ogórkowa na wywarze mięsny z ziemniakami koperkiem i śmietaną **roślinną /9/ BM**

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

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: **Jogurt roślinny** z ciasteczkami korzennymi i wiśniami /1/ **BM Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi /7/ BG**

#### **CZWARTEK 11.01**

**Zupa:** Krem ziemniaczano-porowy z majerankiem z **grzankami bezglutenowymi BG /9/**

**Drugie danie:** Delikatny gyros drobiowy ryż biały surówka koperkowa z kukurydzą lekki dip ogórkowy na jogurcie naturalnym /7/ **na śmietanie roślinnej BM**

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: **Ciasto marchewkowe bezglutenowe** z ananasek i bakaliami (bez orzechów) /3/ **BG**

#### **PIĄTEK 12.01**

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

**Drugie danie:** **Pancakes bezglutenowe /3,7/ BG Pancakes na napoju roślinnym /1,3/ BM** z domowym serkiem czekoladowym /7/ **prażonym jabłkiem BM** 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 bezglutenowymi BG Drugie danie:** Szyńka duszona w sosie własnym z rozmarynem ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty z czerwoną papryką i kiszonym ogórkiem

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Koktajl mango na jogurcie **roślinnym** z bananem i cynamonem **BM** Gruszka

#### **WTOREK 16.01**

**Zupa:** Rosół drobiowy z jarzynami makaronem **bezglutenowym** i natką pietruszki /9/**BG**

**Drugie danie:** Polędwiczki z kurczaka w **panierce kukurydzianej /3/ BG** puree ziemniaczane z koperkiem i oliwą z oliwek **BM** surówka z pora jabłka marchewki i natki pietruszki

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Piernik z polewą czekoladową i kokosem /1,3,7/ **Piernik bezglutenowy na napoju roślinnym z powidłami śliwkowymi /3/BG BM**

#### **ŚRODA 17.01**

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

**Drugie danie:** Pierogi ruskie okraszone cebulką ze śmietaną /1,7/ **pierogi ze szpinakiem BB / Placki ziemniaczane BG**

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Jabłko / 2 sztuki pieczywa chrupkiego **bezglutenowego BG**

#### **CZWARTEK 18.01**

**Zupa:** Barszcz czerwony na wywarze warzywnym z ziemniakami zabieleny śmietaną **roślinną /9/BM**

**Drugie danie:** Pieczona pałka kurczaka ryż paraboliczny z warzywami lekki sos słodko-kwaśny na bazie ananasa surówka z marchewki i selera /9/

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: **Ciasto bezglutenowe z owocem i makową kruszonką /3/ BM BG Paluch drożdżowy z makiem na mleku roślinnym /1,3/ BM**

#### **PIĄTEK 19.01**

**Zupa:** Pomidorowa z ryżem jaśminowym natką pietruszki zabieleną **śmietaną roślinną /9/BM**

**Drugie danie:** Kotlet rybny z fileta z łososia w panierce kukurydzianej /3,4/ **BG** zapiekane ziemniaczki z koperkiem surówka z kiszzonej kapusty jabłka i natki pietruszki

Napój: Kompot wieloowocowy

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

#### **PONIEDZIAŁEK 22.01**

**Zupa:** Ogórkowa na wywarze mięsny z ziemniakami koperkiem i śmietaną **roślinną /9/ BM**

**Drugie danie:** Filet z kurczaka w delikatnym curry z natką pietruszki ryż brązowy blanszowany mix warzyw/marchew, kukurydza, zielony groszek ,papryka/

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Banan /2 Herbatniki /1,3,7/ Dwa **wafelki kukurydziane BG BM**

#### **WTOREK 23.01**

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

**Drugie danie:** Kotlet po szwajcarsku (z serem) w **panierce bezglutenowej /3,7/ BG** z serem wegańskim **BM** puree ziemniaczane z koperkiem i **oliwą z oliwek BM** surówka z białej kapusty marchewki i kiszzonego ogórka

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Szarlotka z cynamonową kruszonką /1,3/ **Szarlotka bezglutenowa z jabłkami i cynamonem /3/ BG**

#### **ŚRODA 24.01**

**Zupa:** Rosół drobiowy z jarzynami makaronem **bezglutenowym** i natką pietruszki /9/ **BG**

**Drugie danie:** Naleśniki /1,3,7/ **Naleśniki bezglutenowe /3,7/ BG Naleśniki na napoju roślinnym /1,3/ z serkiem bananowym /7/ z prażonym jabłkiem BM** 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 **roślinną /9/BM**

**Drugie danie:** Klopsy drobiowo-wieprzowe /3/ w sosie pomidorowo-marchewkowym kopytka /1,3/ **ryż paraboliczny BG** surówka z buraczków z cebulką marchewką i natką pietruszki

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Drożdżówka ze śliwką i kruszonką /1,3,7/ **Ciasto bezglutenowe ze śliwkami i kruszonką /3/ BG BM**

#### **PIĄTEK 26.01**

**Zupa:** Szczawiowa z ziemniaki i jajkiem zabilona śmietanką **roślinną /3,9/BM**

**Drugie danie:** Makaron fassilli /1/ **Makaron bezglutenowy BG** sos pomidorowo-marchewkowy z tuńczykiem natką pietruszki i śmietanką **roślinną /4/ BM**

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Budyń śmietankowy z sosem wiśniowym **na napoju roślinnym BM**

#### **PONIEDZIAŁEK 29.01**

**Zupa:** Pomidorowa na wywarze drobiowym z makaronem **bezglutenowym BG** i śmietanką **roślinną BM**

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

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: **Crumble owocowe bezglutenowe** pod cynamonową kruszonką **BG**

#### **WTOREK 30.01**

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

**Drugie danie:** Kotlet de volaille z masłem i natką pietruszki **w panierce kukurydzianej /3,7/ BG bez masła BM /1,3/** puree ziemniaczane z koperkiem **i oliwą z oliwek BM** surówka z pomidorów z ogórkiem kiszonym i cebulką

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: **Ciasto bezglutenowe kakaowe** z owocami i przyprawami korzennymi /3/ **BG**

#### **ŚRODA 31.01**

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

**Drugie danie:** Makaron penne /1/ **Makaron bezglutenowy BG** z sosem carbonara ze śmietanką **roślinną** szynką świeżą natką pietruszki i suszonymi pomidorami /3/ **BM**

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