

Tydzień 14.11-18.11.2022		
Dni tygodnia	Obiad: zupa	Obiad: II danie
<b>Poniedziałek</b>	Rosół na kurczaku z wolnego wybiegu z makaronem (Kurczak, makaron z pszenicy durum ( <i>gluten</i> ), marchew, pietruszka, seler ( <i>seler</i> ), por, cebula, przyprawy) Vege: bez mięsa  <b>Alergeny:1,9</b>	Nugetsy z kurczaka z ziemniakami i sałatka z kapusty pekińskiej na jogurcie naturalnym (Filet z kurczaka, płatki kukurydziane, jajko ( <i>jajko</i> ), ziemniaki, kapusta pekińska, jogurt naturalny ( <i>mleko</i> ), marchew, przyprawy) Vege: Kulki ryżowe z warzywami Woda z cytryną  <b>Alergeny:3,7</b>
<b>Wtorek</b>	Krem z pieczonej dyni z pestkami dyni (Dyń, marchew, pietruszka, seler ( <i>seler</i> ), ziemniak, pestki dyni, przyprawy)  <b>Alergeny:9</b>	Spaghetti Bolognese (makaron z pszenicy durum ( <i>gluten</i> ), szynka wieprzowa, pomidory, marchew, pietruszka, cebula, przyprawy, ser gouda wiórki ( <i>mleko</i> ) Vege: Wegańskie bolognese Bez laktozy: bez sera Kompot rabarbarowy  <b>Alergeny: 1,7</b>
<b>Środa</b>	Zupa pomidorowa z makaronem z pszenicy durum ( <i>gluten</i> ) (makaron z pszenicy durum, marchewka, pietruszka, por, seler ( <i>seler</i> ) pomidor, seler naciowy ( <i>seler</i> ), przyprawy)  <b>Alergeny:1,9</b>	Naleśniki z twarogiem i dżemem truskawkowym i sosem jogurtowym (Mąka pszenna ( <i>gluten</i> ), jajko ( <i>jajko</i> ), oliwa, woda, miód, twaróg ( <i>mleko</i> ), dżem truskawkowy, jogurt naturalny ( <i>mleko</i> ) Owoc Kompot wiśniowy  <b>Alergeny:1,3,7</b>
<b>Czwartek</b>	Zupa pieczarkowa (Pieczarki, marchewka, pietruszka, seler ( <i>seler</i> ), ziemniaki, natka pietruszki, por, przyprawy)  <b>Alergeny:9</b>	Kotlet schabowy, ziemniaki i tarte buraczki (Schab, jajko ( <i>jajko</i> ), bułka tarta ( <i>gluten</i> ), olej, ziemniaki, buraki, jabłko, cytryna, cebula, przyprawy) Vege: panierowany kalafior Kompot wielowocowy  <b>Alergeny:1,3</b>
<b>Piątek</b>	Koperkowa z pulpecikami (Filet z kurczaka, jajko ( <i>jajko</i> ), bułka tarta ( <i>gluten</i> ) ziemniak, por, marchew, cebula, seler ( <i>seler</i> ), pietruszka, koper)  <b>Alergeny:1,3,9</b>	Filet z dorsza w panierce, ziemniaki tłuczone i surówka z białej kapusty (Filet z dorsza ( <i>ryba</i> ), ziemniak, jajko ( <i>jajko</i> ), bułka tarta ( <i>gluten</i> ), biała kapusta, marchew, cebula, oliwa, przyprawy) Vege: kotlet jajeczny Woda z limonką i miętą  <b>Alergeny: 1,3,4</b>

## **ZUPY:**

Rosół na kurczaku z wolnego wybiegu z makaronem

(Kurczak, makaron z pszenicy durum (*gluten*), marchew, pietruszka, seler (*seler*), por, cebula, przyprawy)

Krem z pieczonej dyni z pestkami dyni

(Dyń, marchew, pietruszka, seler (*seler*), ziemniak, pestki dyni, przyprawy)

Zupa pomidorowa z makaronem z pszenicy durum

(makaron z pszenicy durum (*gluten*), marchewka, pietruszka, por, seler (*seler*) pomidor, seler naciowy (*seler*), przyprawy)

Zupa pieczarkowa

(Pieczarki, marchewka, pietruszka, seler (*seler*), ziemniaki, natka pietruszki, por, przyprawy)

Koperkowa z pulpecikami

(Filet z kurczaka, jajko (*jajko*), bułka tarta (*gluten*) ziemniak, por, marchew, cebula, seler (*seler*), pietruszka, koper)

### **Gramówka składników zup:**

ziemniaki 80 g, marchew 62,5 g, seler 10 g, pietruszka 30g, por 10 g, dodatek warzywny ( brokuł, buraki: 80g), mięso 15 g

## **II DANIA i surówki:**

Nugetsy z kurczaka z ziemniakami i sałatka z kapusty pekińskiej na jogurcie naturalnym

(Filet z kurczaka, płatki kukurydziane, jajko (*jajko*), ziemniaki, kapusta pekińska, jogurt naturalny (*mleko*), marchew, przyprawy)

Spaghetti Bolognese

(makaron z pszenicy durum (*gluten*), szynka wieprzowa, pomidory, marchew, pietruszka, cebula, przyprawy, ser gouda wiórki (*mleko*))

Naleśniki z twarogiem i dżemem truskawkowym i sosem jogurtowym

Mąka pszenna (*gluten*), jajko (*jajko*), oliwa, woda, miód, twaróg (*mleko*), dżem truskawkowy, jogurt naturalny (*mleko*)

Kotlet schabowy, ziemniaki i tarte buraczki

(Schab, jajko (*jajko*), bułka tarta (*gluten*), olej, ziemniaki, buraki, jabłko, cytryna, cebula, przyprawy)

Filet z dorsza w panierce, ziemniaki tłuczone i surówka z białej kapusty

(Filet z dorsza, ziemniak, jajko (*jajko*), bułka tarta (*gluten*), biała kapusta, marchew, cebula, oliwa, przyprawy)

**Gramówka składników drugich dań:**

Ziemniaki 200 g

Ryż 70 g

Makaron 70 g

Mięso 160 g

Surówka 100 g

Ryba 160 g

GastroBar Gedania zastrzega sobie prawo do małych zmian w menu.

**Informujemy**, że potrawy przez nas przygotowywane jak i produkty gotowe, z których korzystamy zawierają lub mogą zawierać poniższe alergeny:

- 1). Zboża zawierające gluten ( tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) oraz produkty pochodne.
- 2). Skorupiaki i produkty pochodne.
- 3). Jaja i produkty pochodne.
- 4). Ryby i produkty pochodne
- 5). Orzeszki ziemne ( arachidowe) i produkty pochodne.
- 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 oraz siarczyny.
- 13). Łubin i produkty pochodne.
- 14). Mięczaki i produkty pochodne.