

Tydzień 05.12-09.12.2022		
Dni tygodnia	Obiad: zupa	Obiad: II danie
<b>Poniedziałek</b>	Rosół na kurczaku z wolnego wybiegu z makaronem <b>Składniki:</b> Kurczak, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , por, cebula, pieprz czarny, sól, makaron ( <u>mąka z pszenicy durum</u> )  <b>Alergeny:1,9</b>	Nugetsy z kurczaka z ziemniakami i sałatka z kapusty pekińskiej na jogurcie naturalnym <b>Składniki:</b> Filet z piersi z kurczaka, płatki kukurydziane, <u>jajko</u> , ziemniaki, kapusta pekińska, jogurt naturalny ( <u>mleko</u> ), marchew, przyprawy Woda z cytryną  <b>Alergeny:3,7</b>
<b>Wtorek</b>	Krem z pieczonej dyni z pestkami dyni <b>Składniki:</b> Dynia, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , ziemniak, pestki dyni, przyprawy  <b>Alergeny:9</b>	Spaghetti Bolognese <b>Składniki:</b> Makaron ( <u>mąka z pszenicy durum</u> ), szynka wieprzowa, pomidory, marchew, pietruszka, cebula, przyprawy, <u>ser gouda wiórki (mleko)</u> Kompot rabarbarowy  <b>Alergeny: 1,7</b>
<b>Środa</b>	Zupa pomidorowa z makaronem z pszenicy durum <b>Składniki:</b> makaron ( <u>mąka z pszenicy durum</u> ), marchewka, pietruszka, por, <u>seler</u> , pomidor, <u>seler</u> naciowy, przyprawy  <b>Alergeny:1,9</b>	Naleśniki z twarogiem, dżemem truskawkowym i sosem jogurtowym <b>Składniki:</b> <u>Mąka pszenna (gluten)</u> , <u>jajko</u> , oliwa, woda, miód, <u>twaróg (mleko)</u> , dżem truskawkowy, <u>jogurt naturalny (mleko)</u> Owoc Kompot wiśniowy  <b>Alergeny:1,3,7</b>
<b>Czwartek</b>	Zupa pieczarkowa <b>Składniki:</b> Pieczarki, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , ziemniaki, natka pietruszki, por, przyprawy  <b>Alergeny:9</b>	Kotlet schabowy, ziemniaki i tarte buraczki <b>Składniki:</b> Schab, <u>jajko</u> , <u>bulka tarta (gluten)</u> , olej, ziemniaki, buraki, jabłko, cytryna cebula, przyprawy Kompot wieloowocowy  <b>Alergeny:1,3</b>
<b>Piątek</b>	Koperkowa z pulpecikami <b>Składniki:</b> Filet z kurczaka, <u>jajko</u> , <u>bulka tarta (gluten)</u> ziemniak, por, marchew, cebula, <u>seler</u> , pietruszka, koper  <b>Alergeny:1,3,9</b>	Filet z dorsza w panierce , ziemniaki tłuczone i surówka z białej kapusty <b>Składniki:</b> Filet z dorsza ( <u>ryba</u> ), ziemniak, <u>jajko</u> , <u>bulka tarta (gluten)</u> , biała kapusta, marchew, cebula, oliwa, przyprawy Woda z limonką i miętą  <b>Alergeny: 1,3,4</b>

## ZUPY:

Rosół na kurczaku z wolnego wybiegu z makaronem

**Składniki:** Kurczak, marchew, pietruszka, **seler**, por, cebula, pieprz czarny, sól, makaron (**mąka z pszenicy durum**)

Krem z pieczonej dyni z pestkami dyni

**Składniki:** Dynia, marchew, pietruszka, **seler**, ziemniak, pestki dyni, przyprawy

Zupa pomidorowa z makaronem z pszenicy durum

**Składniki:** makaron (**mąka z pszenicy durum**), marchewka, pietruszka, por, **seler**, pomidor, **seler** naciowy, przyprawy

Zupa pieczarkowa

**Składniki:** Pieczarki, marchewka, pietruszka, **seler**, ziemniaki, natka pietruszki, por, przyprawy

Koperkowa z pulpecikami

**Składniki:** Filet z kurczaka, **jajko**, **bulka tarta (gluten)** ziemniak, por, marchew, cebula, **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

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

Spaghetti Bolognese

**Składniki:** Makaron (**mąka z pszenicy durum**), szynka wieprzowa, pomidory, marchew, pietruszka, cebula, przyprawy, **ser gouda wiórki (mleko)**

Naleśniki z twarogiem, dżemem truskawkowym i sosem jogurtowym

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

Kotlet schabowy, ziemniaki i tarte buraczki

**Składniki:** Schab, **jajko**, **bulka tarta (gluten)**, olej, ziemniaki, buraki, jabłko, cytryna cebula, przyprawy

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

**Składniki:** Filet z dorsza (**ryba**), ziemniak, **jajko**, **bulka 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.