

## MENU STYCZEŃ WEGETARIAŃSKIE 2023



| PONIEDZIAŁEK  | WTOREK   | ŚRODA  | CZWARTEK   | PIĄTEK            |
|---|--|--|--|-------------------|
| <b>2.01.2023</b>  | <b>3.01.2023</b>   | <b>4.01.2023</b>   | <b>5.01.2023</b>   | <b>6.01.2023</b>  |
| <p>Zupa jarzynowa</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, groszek, fasolka szparagowa, kalafior, brokuł, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, cebula, sól, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk.</p>   | <p>Krem z groszku</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, Groszek zielony, marchew, cebula, lubczyk <b>seler</b>, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, pietruszka, czosnek, ziemniaki, koper,</p>  | <p>Zupa Pomidorowa z ryżem.</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, pomidory, marchew, <b>seler</b>, pietruszka, cebula, sól, lubczyk, nać pietruszki, ryż biały.</p>  | <p>Rosół z makaronem</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, marchew, <b>seler</b>, pietruszka, cebula, sól, lubczyk, nać pietruszki, makaron (<b>mąka pszenna, jajko</b>) .</p>   | <p>ŚWIĘTO!!!!</p> |
| <p>Warzywa z cukinią w sosie śmietanowym. Makaron penne. Kompot wieloowocowy.</p> <p>Składniki:<br/>cukinia, kalafior, brokuł, flora (śmietana roślinna), natka pietruszki, makaron, czosnek, sól, pieprz, truskawki, śliwka, agrest, porzeczka</p> | <p>Kotleciki z brokuła. Ziemniaki. Surówka z marchewki. Kompot wieloowocowy.</p> <p>Składniki:<br/>Brokuł, cebula, skrobia ziemniaczana, mąka <b>pszenna, jajko</b>, sól, pierz, ziemniaki, marchewka, cukier, cytryna, woda, truskawka, śliwka, agrest, porzeczka czerwona.</p> | <p>Makaron z twarogiem i sosem truskawkowym</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Twaróg (<b>mleko</b> pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych), <b>jaja, mąka pszenna</b>, woda, truskawka, śliwka, agrest, porzeczka czerwona, porzeczka czarna.</p> | <p>Risotto z pieczarkami, papryką, buraczkami. Kompot wieloowocowy.</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Ryż biały, pieczarki, papryka kolorowa, czosnek, sól, burak, cebula, woda, truskawka, śliwka, agrest, porzeczka czerwona, porzeczka czarna</p> |                   |

Wykaz alergenów stosowanych w Zakładzie Cateringowym Max-Pol : ( **zaznaczono czerwoną czcionką**)  
 1.ZBOŻA zawierające gluten, 2.JAJA 3.RYBY 4.SOJA 5.MLEKO łącznie z laktozą 6.ORZECHY 7.SELER 8.GORCZYCA

## MENU STYCZEŃ WEGETARIAŃSKIE 2023



| PONIEDZIAŁEK | WTOREK | ŚRODA | CZWARTEK | PIĄTEK |
|--------------|--------|-------|----------|--------|
|--------------|--------|-------|----------|--------|

| 9.01.2023  | 10.01.2023   | 11.01.2023   | 12.01.2023  | 13.01.2023  |
|--|--|--|---|---|
| <p>Zupa Ogórkowa</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, ogórek kiszony marchew, cebula, lubczyk <u>seler</u>, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, pietruszka, czosnek, ziemniaki, (koper włoski, chrzan)</p>               | <p>Rosół z makaronem</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, marchew, <u>seler</u>, pietruszka, cebula, sól, lubczyk, nać pietruszki, makaron (<u>mąka pszenna, jajko</u>)</p>   | <p>Zupa Pomidorowa z makaronem</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, pomidory, marchew, <u>seler</u>, pietruszka, cebula, sól, lubczyk, nać pietruszki, makaron (<u>mąka pszenna, jajka</u>)</p>   | <p>Barszcz Biały</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, marchew, cebula, lubczyk, <u>seler</u>, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, pietruszka, czosnek, ziemniaki, zakwas.</p>   | <p>Zupa Buraczkowa</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, buraki, marchew, pietruszka, <u>seler</u>, cebula, sól, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk, cytryna, ziemniaki, majeranek, czosnek</p>  |
| <p>Spaghetti Napoli gotowane, kompot wieloowocowy</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>papryka czerwona mielona, koncentrat pomidorowy (pomidory), pietruszka, <u>seler</u>, czosnek, sól, Olej (rzepak), cebula, czosnek, marchew,</p> | <p>Kotleciki z kaszy gryczanej z sosem salsa, ziemniaki. Surówka z kapusty czerwonej. Kompot wieloowocowy.</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Kasza gryczana, sól, papryka czerwona mielona, czosnek granulowany, ziemniaki, kapusta czerwona, sól, pieprz, majonez (<u>jaj a</u>, olej, ocet musztarda) woda, truskawka, śliwka, agrest, porzeczka czerwona, porzeczka czarna, cytryna, marchewka, jabłko.</p> | <p>Naleśniki z dżemem polane sosem waniliowym. Kompot z owoców sezonowych.</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Dżem wiśniowy (wiśnie, cukier, woda, substancja żelująca, regulator kwasowości) <u>Mąka pszenna, jajka</u>, proszek do pieczenia, olej rzepakowy, <u>mleko</u>, woda, śliwka, agrest, porzeczka czerwona, porzeczka czarna, rzeczka</p> | <p>Makaron z ciecierzycą i szpinakiem. Surówka z białej rzodkiewki. Kompot wieloowocowy.</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Makaron <u>pszenny</u>, cieciora, cebula, szpinak, sól, pieprz, rzodkiew biała, śmietana, truskawka, śliwka, agrest, porzeczka czerwona, porzeczka czarna.</p> | <p>Racuchy z jabłkiem i sosem truskawkowym. Kompot wieloowocowy.</p> <p>SKŁADNIKI:<br/><u>Mąka pszenna, jajka</u>, woda, drożdże, sól, jabłko, olej rzepakowy (rzepak), woda, pieprz, jogurt naturalny (<u>mleko</u> pasteryzowane, kultury bakterii) truskawki, skrobia kukurydziana, cytryna, olej rzepakowy (rzepak), truskawka, śliwka, agrest, porzeczka czerwona, porzeczka czarna,</p> |

Wykaz alergenów stosowanych w Zakładzie Cateringowym Max-Pol : ( zaznaczono czerwoną czcionką )  
1.ZBOŻA zawierające gluten, 2.JAJA 3.RYBY 4.SOJA 5.MLEKO łącznie z laktozą 6.ORZECZY 7.SELER 8.GORCZYCA

## MENU STYCZEŃ WEGETARIAŃSKIE 2023



| PONIEDZIAŁEK | WTOREK     | ŚRODA      | CZWARTEK   | PIĄTEK     |
|--------------|------------|------------|------------|------------|
| 16.01.2023   | 17.01.2023 | 18.01.2023 | 19.01.2023 | 20.01.2023 |

|  |  |   |   |   |
|--|--|---|---|---|
| <p>Zupa kalafiorowa</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, kalafior, marchew, pietruszka, <u>seler</u>, cebula, sól, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk,</p>   | <p>Krem z marchewki</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, marchew, cebula, lubczyk <u>seler</u>, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, pietruszka, czosnek, ziemniaki.</p>  | <p>Zupa pieczarkowa z makaronem.</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, marchew, cebula, lubczyk <u>seler</u>, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, pietruszka, czosnek, ziemniaki, koper, pieczarki.</p>  | <p>Rosół z makaronem</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, marchew, <u>seler</u>, pietruszka, cebula, sól, lubczyk, nać pietruszki, makaron (<u>mąka pszenna, jajko</u>) .</p>  | <p>Zupa fasolowa</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, marchew, cebula, lubczyk <u>seler</u>, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, pietruszka, czosnek, ziemniaki.</p>  |
| <p>Spaghetti A'la Matriciana.<br/>Kompot z owoców sezonowych.</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>,cebula,czosnek,<br/>Pomidory,makaron(<u>mąka pszenna</u>, woda, truskawka, śliwka, agrest, porzeczka czerwona, porzeczka.</p> | <p>Kotleciki z kaszy jaglanej.Kasza kus kus..Sałatka z ogórków kiszonych.Kompot wieloowocowy.</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Kasza jaglana,marchewka,skrobia ziemniaczana,bułka tarta,sól,pieprz,czosnek,kasza kus kus,ogórek kiszony,papryka, , woda, truskawka, śliwka, agrest, porzeczka czerwona, porzeczka czarna.</p> | <p>Pierogi ukraińskie. Surówka z kapusty białej. Kompot wieloowocowy.</p> <p>SKŁADNIKI:<br/><u>Mąka pszenna, jaja</u>,<br/>Ziemniaki, twaróg ( kultury bakterii, <u>śmietanka</u> pasteryzowana ), cebula, biała kapusta, cytryna, woda, truskawka, śliwka, agrest, porzeczka czerwona, porzeczka czarna.</p> | <p>Gołąbki wegetariańskie z kaszą gryczaną , ziemniaki, buraczki.Kompot wieloowocowy.</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Kapusta pekińska,kasza gryczana,koncentrat pomidorowy(pomidory),ziemniaki,buraki,cebula,woda, truskawka, śliwka, agrest, porzeczka czerwona, porzeczka.</p> | <p>Leczo wegetariańskie z papryką i cukinią, ziemniaki,surówka z kapusty kiszonej.Kompot z owoców sezonowych.</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Papryka, cukinia, pomidory, cebula, sol, woda, pieprz, ziele angielskie czosnek, liść laurowy, mąka <u>pszenna</u>, , woda, sól,kapusta</p> |

Wykaz alergenów stosowanych w Zakładzie Cateringowym Max-Pol : ( **zaznaczono czerwoną czcionką** )  
1.ZBOŻAzawierające gluten, 2.JAJA 3.RYBY 4.SOJA 5.MLEKO łącznie z laktozą 6.ORZECHY 7.SELER 8.GORCZYCA

## MENU STYCZEŃWEGETARIAŃSKIE 2022



| PONIEDZIAŁEK | WTOREK     | ŚRODA      | CZWARTEK   | PIĄTEK     |
|--------------|------------|------------|------------|------------|
| 23.01.2023   | 24.01.2023 | 25.01.2023 | 26.01.2023 | 27.01.2023 |

|  |  |  |   |   |
|--|--|--|---|---|
| <p>Zupa koperkowa</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, koper, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, cebula, sól, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk,</p>  | <p>Zupa jarzynowa</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, groszek, fasolka szparagowa, kalafior, brokuł, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, cebula, sól, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk.</p>  | <p>Krem z białych warzyw</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, cebula, kalafior, Pietruszka, <b>seler</b>, sól, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk,</p>   | <p>Kapuśniak</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, marchew, cebula, lubczyk <b>seler</b>, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, pietruszka, czosnek, ziemniaki, koper.</p>   | <p>Rosół z makaronem</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, marchew, <b>seler</b>, pietruszka, cebula, sól, lubczyk, nać pietruszki, makaron (<b>mąka pszenna, jajko</b>) .</p>  |
| <p>Makaron z twarogiem i sosem truskawkowym</p> <p>SKŁADNIKI: Twaróg ( <b>mleko</b> pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych), <b>jaja</b>, <b>mąka pszenna</b>, woda, truskawka, śliwka, agrest, porzeczka czerwona, porzeczka czarna.</p> | <p>Kasza kuskus z warzywami.<br/>Surówka z kapusty czerwonej.<br/>Kompot wieloowocowy.</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Kasza kus kus, brokuł, kalafior, marchewka, papryka, cukinia, czosnek, papryka słodka, sól, kapusta czerwona, majonez (jaja, olej rzepakowy, musztarda, ocet, woda, cukier, gorczyca, sól) truskawki, śliwka, agrest, porzeczka czerwona, porzeczka czarna, cytryna</p> | <p>Nuggetsy z brokuła<br/>sos czosnkowo-majonezowy<br/>,marchewka z jabłkiem, kompot z owoców sezonowych.</p> <p>SKŁADNIKI:<br/><b>Brokuł, mąka, czosnek, majonez</b>, marchewka, jabłko, olej, woda, truskawka, śliwka, agrest, porzeczka czerwona, porzeczka czarna.</p> | <p>Paszteciki nadziewane pieczarkami w cieście francuskim. Sałatka z ogórków kiszonych. Kompot wieloowocowy.</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Ciasto francuskie, pieczarki, woda, truskawka, śliwka, agrest, porzeczka czerwona, porzeczka czarna, ogórek kiszony.</p> | <p>Placki ziemniaczane z marchewką.<br/>Kompot wieloowocowy. (250ml)</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Ziemniaki, <b>mąka kukurydziana</b>, cukinia, olej roślinny, cebula, sól, pieprz, truskawki, śliwka, agrest, porzeczka czerwona, porzeczka czarna, cytryna</p> |
| <p>Wykaz alergenów stosowanych w Zakładzie Cateringowym Max-Pol : ( <b>zaznaczono czerwoną czcionką</b> )<br/>1.ZBOŻA zawierające gluten, 2.JAJA 3.RYBY 4.SOJA 5.MLEKO łącznie z laktozą 6.ORZECZY 7.SELER 8.GORCZYCA</p>                    |  |  |   |   |

## MENU STYCZEŃ WEGETARIAŃSKIE 2023

| PONIEDZIAŁEK | WTOREK     | ŚRODA |  |  |
|--------------|------------|-------|--|--|
| 30.01.2023   | 31.01.2023 |       |  |  |

|  |   |  |  |  |
|--|---|--|--|--|
| <p>Zupa jarzynowa</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, groszek, fasolka szparagowa, kalafior, brokuł, marchew, pietruszka, <u>seler</u>, cebula, sól, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk.</p>  | <p>Krem z Brokuła</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Woda, marchew, brokuły, pietruszka, <u>seler</u>, cebula, buraki, sól, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk, cytryna, ziemniaki, czosnek</p>   |  |  |  |
| <p>Warzywa w sosie curry. Ryż, sałatka z ogórków kiszonych.. Kompot z owoców sezonowych.</p> <p>SKŁADNIKI:<br/>Mini marchewka, papryka kolorowa, cukinia, brokuł, cieciora, sól, woda, pieprz, , <u>mąka pszenna</u>, , cytryna <u>jajka</u>, curry, groszek, marchewka, ryż, marchewka, jabłko, truskawka, śliwka, agrest, porzeczka czerwona, porzeczka czarna, cytryna, ogórki kiszone, cebula, musztrada, papryka.</p> | <p>Waniliowe placuszki budyniowe polane sosem truskawkowym. Kompot z owoców sezonowych.</p> <p>SKŁADNIKI:<br/><u>Mąka pszenna</u>, <u>jaja</u>, proszek do pieczenia, budyń, olej rzepakowy, cukier puder, <u>mleko</u>, <u>budyń</u>.<br/>, woda, truskawka, śliwka, agrest, porzeczka czerwona, porzeczka czarna.</p> |  |  |  |