

- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

22-26.08.2022

PONIEDZIAŁEK		kcal
Śniadanie	Pieczywo żytnie, masło, ser żółty, papryka 50g. /gluten, mleko/ Herbata owocowa 200ml. Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ser- mleko, papryka</u>	216,7
II Śniadanie	Jabłko 150g	69
Obiad	Zupa brokułowa z ryżem 300ml. /mleko/ Kokardki 150g z musem truskawkowo-jogurtowym 150ml. /gluten, mleko/ Woda 200ml. Skład: brokuły, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, <u>śmietana 18%- mleko, ryż; makaron- gluten, truskawki, jogurt naturalny- mleko</u>	638,8
Podwieczorek	Bułka kajzerka, masło, szynka drobiowa, ogórek zielony 50g. /gluten, mleko/ Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, mięso z kurcząt 90%, ogórek zielony</u>	238,5
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. /gluten, mleko/ Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</u>	70

1233kcal

WTOREK		Kcal
Śniadanie	Pieczywo graham, masło, szynka wiejska, pomidor 50g. /gluten, mleko/ Kakao 200ml. /mleko/ Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, mięso wieprzowe 104g/100g, pomidor, kakao, mleko</u>	363,3
II Śniadanie	Winogrona 50g	34,5
Obiad	Zupa rosół z makaronem 300ml. /gluten, seler/ Gulasz z indyka z warzywami 80g/20g, kluski na parze 80g, surówka z kapusty białej i ogórka kiszzonego z koperkiem 70g. /gluten, jajko, mleko/ Woda 200ml. Skład: kurczak, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , natka pietruszki, przyprawy ziołowe, <u>makaron- gluten; mięso z indyka, marchewka, mąka- gluten; kluski: mąka- gluten, drożdże, jajko, mleko; kapusta biała, ogórek kiszony, koperek</u>	583,5
Podwieczorek	Wyrób własny- Muffinka marchewkowa 80g. /gluten, jajko/ Skład: <u>mąka- gluten, jajko, olej, marchewka</u>	218,6
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. /gluten, mleko/ Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</u>	70

1269,9kcal

ŚRODA		Kcal
Śniadanie	Musli z mlekiem 150ml. /gluten, mleko/ Pieczywo słonecznikowe, masło, powidło śliwkowe 50g. /gluten, mleko/ Herbata malinowa 200ml. Skład: <u>musli- gluten, mleko, pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, powidło śliwkowe</u>	338,2
II Śniadanie	Owoc sezonowy	50
Obiad	Zupa grysikowa z ziemniakami 300ml. /gluten/ Pierogi z mięsem i cebulką 160g. /gluten/ Woda 200ml. Skład: <u>kasza manna- gluten, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, ziemniaki; mąka- gluten, mięso wieprzowe, cebula, cebula</u>	575,9
Podwieczorek	Wyrób własny- Pasta bananowo-kakaowa 50g, wafle ryżowe 2szt. Skład: <u>banan, kakao, wafle ryżowe</u>	144,3
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. /gluten, mleko/ Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</u>	70

1178,4kcal

CZWARTEK		Kcal
Śniadanie	Pieczywo z ziarnami, masło, polędwica z indyka, rzodkiewka 50g. /gluten, mleko/ Herbata wiśniowa 200ml. Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, mięso z piersi indyka 93%, rzodkiewka</u>	186,5
II Śniadanie	Arbuz 150g	45,6
Obiad	Krem z zielonego groszku z grzankami 300ml. /gluten, mleko/ Dramstik z kurczaka pieczony z sosem pomidorowym 60g/20g, ziemniaki młode z koperkiem 100g, colesław 70g. /gluten, mleko/ Woda 200ml. Skład: <u>groszek zielony, śmietana 18%- mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki- gluten; dramstik z kurczaka, przecier pomidorowy 30%, mąka- gluten, śmietana 18%- mleko, ziemniaki, koperek, kapusta biała, marchewka, jogurt naturalny- mleko</u>	576,3
Podwieczorek	Wyrób własny- Jogurt truskawkowy 100ml., pieczywo pszenno-żytnie, masło 50g. /gluten, mleko/ Skład: <u>jogurt naturalny- mleko, truskawki, pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</u>	239,3
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. /gluten, mleko/ Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</u>	70

1117,7kcal

PIĄTEK		Kcal
Śniadanie	Pieczywo razowe, masło, pasta z tuńczyka i sera ze szczypiorkiem 50g. /gluten, mleko, ryba/ Herbata z cytryną 200ml. Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, tuńczyk- ryba, ser- mleko, szczypiorek</u>	170,3
II Śniadanie	Banan	142,5
Obiad	Zupa jarzynowa z fasolką szparagową 300ml. /mleko/ Naleśniki z serem białym 160g. /gluten, jajko, mleko/ Woda 200ml. Skład: <u>kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, śmietana 18%- mleko, przyprawy ziołowe, ziemniaki; naleśniki: mąka- gluten, jajko, mleko; ser- mleko</u>	591,7
Podwieczorek	Wyrób własny- Parówka zapiekana w cieście francuskim 50g. /gluten/ Skład: <u>ciasto francuskie: mąka- gluten, olej; parówka z szynki 93%</u>	143,5
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. /gluten, mleko/ Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</u>	70

1118kcal

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.