

22-26.08.2022 W

PONIEDZIAŁEK

- Śniadanie: Pieczywo żytnie, masło, ser żółty, papryka 50g. Herbata owocowa 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ser- mleko, papryka
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa brokułowa z ryżem 300ml. Kokardki 150g z mussem truskawkowo-jogurtowym 150ml.
Woda 200ml.
Skład: brokuły, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, ryż; makaron- gluten, truskawki, jogurt naturalny- mleko
- Podwieczorek: Bułka kajzerka, masło, pasta humus, ogórek zielony 50g.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, humus, ogórek zielony
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

WTOREK

- Śniadanie: Pieczywo graham, masło, pasta warzywna, pomidor 50g. Kakao 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, warzywa, pomidor, kakao, mleko
- II Śniadanie: Winogrona 50g
- Obiad: Zupa rosół bezmięśny z makaronem 300ml. Gulasz z tofu z warzywami 80g/20g, kluski na parze 80g, surówka z kapusty białej i ogórka kiszzonego z koperkiem 70g. Woda 200ml.
Skład: marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy ziołowe, makaron- gluten; tofu- soja, marchewka, mąka- gluten; kluski: mąka- gluten, drożdże, jajko, mleko; kapusta biała, ogórek kiszony, koperek
- Podwieczorek: Wyrób własny- Muffinka marchewkowa 80g.
Skład: mąka- gluten, jajko, olej, marchewka
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

ŚRODA

- Śniadanie: Musli z mlekiem 150ml. Pieczywo słonecznikowe, masło, powidło śliwkowe 50g. Herbata malinowa 200ml.
Skład: musli- gluten, mleko, pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, powidło śliwkowe
- II Śniadanie: Owoc sezonowy
- Obiad: Zupa grysikowa z ziemniakami 300ml. Risotto z warzywami 200g. Woda 200ml.
Skład: kasza manna- gluten, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, ziemniaki; ryż, cukinia, papryka, marchewka, groszek zielony, cebula
- Podwieczorek: Wyrób własny- Pasta bananowo-kakaowa 50g, wafle ryżowe 2szt.
Skład: banan, kakao, wafle ryżowe
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

CZWARTEK

- Śniadanie: Pieczywo z ziarnami, masło, pasta z ciecierzycy, rzodkiewka 50g. Herbata wiśniowa 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ciecierzycza, rzodkiewka
- II Śniadanie: Arbuzy 150g
- Obiad: Krem z zielonego groszku z grzankami 300ml. Kotlet warzywny 80g, ziemniaki młode z koperkiem 100g, colesław 70g. Woda 200ml.
Skład: groszek zielony, śmietana 18%- mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki- gluten; warzywa, jajko, bułka tarta- gluten, ziemniaki, koperek, kapusta biała, marchewka, jogurt naturalny- mleko
- Podwieczorek: Wyrób własny- Jogurt truskawkowy 100ml., pieczywo pszenno-żytnie, masło 50g.
Skład: jogurt naturalny- mleko, truskawki, pieczywo- gluten, masło 82%- mleko
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

PIĄTEK

- Śniadanie: Pieczywo razowe, masło, pasta z tuńczyka i sera ze szczypiorkiem 50g. Herbata z cytryną 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, tuńczyk- ryba, ser- mleko, szczypiorek
- II Śniadanie: Banan
- Obiad: Zupa jarzynowa z fasolką szparagową 300ml. Naleśniki z serem białym 160g. Woda 200ml.
Skład: kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, śmietana 18%- mleko, przyprawy ziołowe, ziemniaki; naleśniki: mąka- gluten, jajko, mleko; ser- mleko
- Podwieczorek: Wyrób własny- Ciastko francuskie z owocami 50g.
Skład: ciasto francuskie: mąka- gluten, olej; owoce
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.