

- 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

02-04.11.2022

ŚRODA		Kcal
Śniadanie	Pieczywo żytnie, masło, szynka drobiowa, ogórek zielony 70g. /gluten, mleko/ Herbata z cytryną 200ml. Skład: <u>pieczywo- gluten</u> , <u>masło 82%- mleko</u> , mięso z kurcząt 90%, ogórek zielony	217,6
II Śniadanie	Jabłko 150g	69
Obiad	Zupa brokułowa z ryżem 300ml. /mleko/ Spaghetti bolognese 200g. /gluten/ Woda 200ml. Skład: brokuły, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, <u>śmietana 18%- mleko</u> , ryż; <u>makaron- gluten</u> , mięso mielone wieprzowe, marchewka, cebula, przecier pomidorowy 30%	570
Podwieczorek	Wyrób własny- Serek waniliowy 70g., pieczywo pszenno-żytnie, masło 50g. /gluten, mleko/ Skład: <u>ser- mleko</u> , wanilia, <u>pieczywo- gluten</u> , <u>masło 82%- mleko</u>	231,4
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. /gluten, mleko/ Skład: <u>pieczywo- gluten</u> , <u>masło 82%- mleko</u>	70

1158kcal

CZWARTEK		Kcal
Śniadanie	Płatki miodowe pełnoziarniste z mlekiem 150ml. /gluten, mleko/ Pieczywo razowe, masło, konfitura z owoców leśnych niskosłodzona 50g. /gluten, mleko/ Herbata owocowa 200ml. Skład: <u>płatki pełnoziarniste- gluten</u> , <u>mleko</u> , <u>pieczywo- gluten</u> , <u>masło 82%- mleko</u> , konfitura z owoców leśnych	308,6
II Śniadanie	Owoc sezonowy	50
Obiad	Zupa rosół z makaronem 300ml. /gluten, seler/ Filet z kurczaka w płatkach kukurydzianych 80g, ziemniaki 100g, surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem 70g. Woda 200ml. Skład: kurczak, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , natka pietruszki, przyprawy ziołowe, <u>makaron- gluten</u> ; filet z kurczaka, płatki kukurydziane, ziemniaki, kapusta czerwona, jabłko	468,2
Podwieczorek	Wyrób własny- Drożdżówka z kakao 80g. /gluten, jajko, mleko/ Skład: <u>mąka- gluten</u> , <u>jajko</u> , <u>mleko</u> , drożdże, kakao	271
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. /gluten, mleko/ Skład: <u>pieczywo- gluten</u> , <u>masło 82%- mleko</u>	70

1167,8kcal

PIĄTEK		Kcal
Śniadanie	Pieczywo z ziarnami, masło, pasta z makreli i sera, rzodkiewka 70g. /gluten, mleko, ryba/ Herbata wiśniowa 200ml. Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, makrela- ryba, ser- mleko, rzodkiewka</u>	216,4
II Śniadanie	Banan	142,5
Obiad	Krem z zielonego groszku z grzankami 300ml. /gluten, mleko/ Kluska na parze 2szt., z musem truskawkowo-jogurtowym 100ml. /gluten, jajko, mleko/ Woda 200ml. Skład: groszek zielony, <u>śmietana 18%- mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki- gluten; kluski: mąka- gluten, drożdże, jajko, mleko; truskawki, jogurt naturalny- mleko</u>	633,9
Podwieczorek	Bułka razowa, masło, szynka wiejska, papryka 70g. /gluten, mleko/ Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, mięso wieprzowe 104g/100g, papryka</u>	251
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. /gluten, mleko/ Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</u>	70

1313,8kcal

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.