

21-25.11.2022 W

PONIEDZIAŁEK

Śniadanie: Pieczywo żytnie, masło, ser biały, ogórek zielony 70g. Herbata wiśniowa 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ser- mleko, ogórek zielony

II Śniadanie: Jabłko 150g

Obiad: Zupa kalafiorowa z zacierką 300ml. Kluska na parze 2szt., z musem truskawkowo-jogurtowym 100ml. Woda 200ml.

Skład: kalafior, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, zacierka: mąka- gluten, jajko; kluski: mąka- gluten, drożdże, jajko, mleko; truskawki, jogurt naturalny- mleko

Podwieczorek: Bułka z ziarnami, masło, pasta warzywna, rzodkiewka 70g.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, warzywa, rzodkiewka

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

WTOREK

Śniadanie: Płatki żytnie z mlekiem 150ml. Pieczywo słonecznikowe, masło, powidło śliwkowe 50g. Herbata z cytryną 200ml.

Skład: płatki żytnie- gluten, mleko, pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, powidło śliwkowe

II Śniadanie: Owoc sezonowy

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. Kotlet z ciecierzycy 80g, ziemniaki 100g, buraki 70g. Woda 200ml.

Skład: przecier pomidorowy 30%, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, ryż; ciecierzycza, jajko, bułka tarta- gluten, ziemniaki, buraki

Podwieczorek: Wyrób własny- Kokosanki 80g.

Skład: mąka- gluten, jajko, kokos

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

ŚRODA

Śniadanie: Pieczywo z ziarnami, masło, pasta z ciecierzycy, pomidor 70g. Herbata malinowa 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ciecierzycza, pomidor

II Śniadanie: Jabłko 150g

Obiad: Zupa ziemniaczana 300ml. Makaron z sosem pomidorowym i warzywami 200g. Woda 200ml.

Skład: marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, ziemniaki; makaron- gluten, przecier pomidorowy 30%, mąka- gluten, śmietana 18%- mleko, warzywa

Podwieczorek: Wyrób własny- Serek waniliowy 70g., pieczywo chrupkie 2szt.

Skład: ser- mleko, wanilia, pieczywo chrupkie- gluten

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

CZWARTEK

Śniadanie: Pieczywo razowe, masło, pasta z tuńczyka i sera ze szczypiorkiem 70g. Herbata owocowa 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, tuńczyk- ryba, ser- mleko, szczypiorek

II Śniadanie: Banan

Obiad: Krem z cukinii i kukurydzy z grzankami 300ml. Ryż 150g zapiekany z jabłkami, cynamonem i śmietanką 150ml. Woda 200ml.

Skład: cukinia, kukurydza, śmietana 18%- mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki- gluten; ryż, jabłka, cynamon, śmietana 30%- mleko

Podwieczorek: Pieczywo pszenno-żytnie, masło, ser żółty, rzodkiewka 70g.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ser- mleko, rzodkiewka

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

PIĄTEK

Śniadanie: Pieczywo żytnie, masło, pasta z fasoli białej, papryka 50g. Kawa zbożowa 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, fasola biała, papryka, kawa zbożowa- gluten, mleko

II Śniadanie: Owoc sezonowy

Obiad: Zupa dyniowa z makaronem 300ml. Jajko sadzone 80g, ziemniaki 100g, surówka z marchewki tartej 70g. Woda 200ml.

Skład: dynia, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, makaron- gluten; jajko, ziemniaki, marchewka

Podwieczorek: Wyrób własny- Ciasto ucierane czekoladowo-waniliowe 80g.

Skład: mąka- gluten, jajko, olej, kakao

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.