

09-13.01.2023 W

PONIEDZIAŁEK

- Śniadanie: Pieczywo razowe, masło, pasta warzywna, rzodkiewka 50g. Kawa zbożowa 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, warzywa, rzodkiewka, kawa zbożowa- gluten, mleko
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa pomidorowa z zacierką 300ml. Pierogi leniwe z masłem 160g. Woda 200ml.
Skład: przecier pomidorowy 30%, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, zacierka; mąka- gluten, jajko; mąka- gluten, jajko, ser- mleko; masło 82%- mleko
- Podwieczorek: Pieczywo pszenno-żytnie, masło, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ser- mleko, jajko, szczypiorek
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

WTOREK

- Śniadanie: Pieczywo z ziarnami, masło, twarożek z pieczoną papryką 70g. Herbata owocowa 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ser- mleko, papryka
- II Śniadanie: Owoc sezonowy
- Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 300ml. Makaron z pesto brokułowym 200g. Woda 200ml.
Skład: marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, kasza wiejska- gluten, ziemniaki; makaron- gluten, brokuły, ser- mleko, śmietana 18%- mleko
- Podwieczorek: Wyrób własny- Galaretką malinową z brzoskwinia 200ml.
Skład: galaretka malinowa, brzoskwinia
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

ŚRODA

- Śniadanie: Pieczywo słonecznikowe, masło, jajko gotowane, ogórek zielony 70g. Herbata wiśniowa 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, jajko, ogórek zielony
- II Śniadanie: Mandarynka
- Obiad: Zupa dyniowa z makaronem 300ml. Kotlet sojowy 80g, ziemniaki 100g, surówka z kapusty białej z koperkiem 70g. Woda 200ml.
Skład: dynia, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, makaron- gluten; soja, jajko, bułka tarta- gluten, ziemniaki, kapusta biała, koperek
- Podwieczorek: Wyrób własny- Jogurt naturalny z miodem i granolą 100ml., pałki kukurydziane 2szt.
Skład: jogurt naturalny- mleko, miód, granola- gluten, pałki kukurydziane
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

CZWARTEK

- Śniadanie: Płatki kukurydziane z mlekiem 150ml. Pieczywo żytnie, masło, konfitura z wiśni niskosłodzona 50g. Herbata z cytryną 200ml.
Skład: płatki kukurydziane, mleko, pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, konfitura z wiśni
- II Śniadanie: Banan
- Obiad: Krem z buraków z grzankami 300ml. Ryż 150g z jabłkami, cynamonem i śmietanką 100ml/50ml. Woda 200ml.
Skład: buraki, śmietana 18%- mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki- gluten; ryż, jabłko, cynamon, śmietana 30%- mleko
- Podwieczorek: Bułka z ziarnami, masło, pasta humus, ogórek kiszony 70g.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, humus, ogórek kiszony
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

PIĄTEK

- Śniadanie: Pieczywo graham, masło, pasta z ciecierzycy, pomidor 70g. Herbata malinowa 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ciecierzycza, pomidor
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa ogórkowa z ryżem 300ml. Kotlet rybno-jajeczny 80g, ziemniaki 100g, surówka z marchewki tartej 70g. Woda 200ml.
Skład: ogórki kiszone, marchew, pietruszka, śmietana 18%- mleko, przyprawy ziołowe, ryż; mintaj- ryba, jajko, bułka tarta- gluten, ziemniaki, marchewka tarta
- Podwieczorek: Wyrób własny- Rogalik z marmoladą 80g.
Skład: mąka- gluten, drożdże, śmietana 18%- mleko, marmolada
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.