

06-10.03.2023 W

PONIEDZIAŁEK

- Śniadanie: Pieczywo graham, masło, pasta humus, papryka 70g. Herbata wiśniowa 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, humus, papryka
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa pomidorowa z zacierką 300ml. Makaron z warzywami w sosie serowo-śmietanowym 200g. Woda 200ml.
Skład: przecier pomidorowy 30%, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, zacierka: mąka- gluten, jajko; makaron- gluten, warzywa, ser- mleko, śmietana 18%- 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

WTOREK

- Śniadanie: Pieczywo z ziarnami, masło, jajko gotowane, ogórek zielony 70g. Herbata malinowa 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, jajko, ogórek zielony
- II Śniadanie: Banan
- Obiad: Zupa ziemniaczana 300ml. Ryż 150g z jabłkami, cynamonem i śmietanką 100ml/50ml. Woda 200ml.
Skład: marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, ziemniaki; ryż, jabłka, cynamon, śmietana 30%- mleko
- Podwieczorek: Bułka kajzerka, masło, pasta z ciecierzycy, rzodkiewka 70g.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ciecierzycza, rzodkiewka
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

ŚRODA

- Śniadanie: Pieczywo żytnie, masło, twarożek ze szczypiorkiem 70g. Herbata z cytryną 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ser- mleko, szczypiorek
- II Śniadanie: Owoc sezonowy
- Obiad: Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml. Cukinia w płatkach kukurydzianych 80g, ziemniaki 100g, surówka z kapusty białej z koperkiem 70g. Woda 200ml.
Skład: kalafior, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, ryż; cukinia, płatki kukurydziane, ziemniaki, kapusta biała, koperek
- Podwieczorek: Wyrób własny- Muffinka marchewkowa 1szt.
Skład: mąka- gluten, jajko, olej, marchewka
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

CZWARTEK

- Śniadanie: Płatki miodowe pełnoziarniste z mlekiem 150ml. Pieczywo razowe, masło, konfitura malinowa niskosłodzona 50g. Herbata owocowa 200ml.
Skład: płatki miodowe pełnoziarniste- gluten, mleko, pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, konfitura z malin
- II Śniadanie: Marchewka do chrupania
- Obiad: Zupa warzywna z kaszą manną 300ml. Pierogi ukraińskie z cebulką 160g. Woda 200ml.
Skład: kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, przyprawy ziołowe, ziemniaki, kasza manna- gluten; mąka- gluten, ser- mleko, ziemniaki, cebula, cebula
- Podwieczorek: Wyrób własny- Pizza z serem 80g.
Skład: mąka- gluten, drożdże, olej, ser- mleko, przecier pomidorowy 30%, przyprawy ziołowe, ketchup
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

PIĄTEK

- Śniadanie: Pieczywo słonecznikowe, masło, pasta z fasoli białej, pomidor 50g. Kakao 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, fasola biała, pomidor, kakao, mleko
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Krem z zielonego groszku z grzankami 300ml. Burger rybny 80g, ziemniaki 100g, surówka z kapusty kiszzonej 70g. Woda 200ml.
Skład: groszek zielony, śmietana 18%- mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki- gluten; mintaj- ryba, jajko, marchewka, groszek zielony, bułka tarta- gluten, ziemniaki, kapusta kiszona
- Podwieczorek: Kisiel owocowy, pałki kukurydziane 2szt.
Skład: owoce, mąka ziemniaczana, pałki kukurydziane
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.