

# 13-17.03.2023 W

## PONIEDZIAŁEK

- Śniadanie: Pieczywo słonecznikowe, masło, pasta z fasoli białej, pomidor 50g. Kawa zbożowa 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, fasola biała, pomidor, kawa zbożowa- gluten, mleko
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa koperkowa z zacierką 300ml. Potrawka warzywna 80g/20g, kasza jęczmienna 150g.  
Woda 200ml.  
Skład: koperek, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, zacierka: mąka- gluten, jajko; warzywa, marchewka, pietruszka, mąka- gluten, kasza jęczmienna- gluten
- 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

## WTOREK

- Śniadanie: Pieczywo graham, masło, ser żółty, ogórek zielony 70g. Herbata z cytryną 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ser- mleko, ogórek zielony
- II Śniadanie: Owoc sezonowy
- Obiad: Zupa rosół bezmięśny z makaronem 300ml. Kotlet sojowy 80g, ziemniaki 100g, colesław 70g.  
Woda 200ml.  
Skład: marchew, pietruszka, sejer, natka pietruszki, przyprawy ziołowe, makaron- gluten: soja, jajko, bułka tarta- gluten, ziemniaki, kapusta biała, marchewka, jogurt naturalny- mleko
- Podwieczorek: Wyrób własny- Drożdżówka z marmoladą 80g.  
Skład: mąka- gluten, jajko, mleko, marmolada
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

## ŚRODA

- Śniadanie: Pieczywo żytnie, 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: Marchewka do chrupania
- Obiad: Krem brokułowy z grzankami 300ml. Kokardki 150g z musem truskawkowo-jogurtowym 100ml/50ml. Woda 200ml.  
Skład: brokuły, śmietana 18%- mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki- gluten; makaron- gluten, truskawki, jogurt naturalny- mleko
- Podwieczorek: Bułka razowa, masło, pasta humus, sałata 70g.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, humus, sałata
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

## CZWARTEK

- Śniadanie: Pieczywo z ziarnami, masło, pasta warzywna, papryka 70g. Herbata malinowa 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, warzywa, papryka
- II Śniadanie: Banan
- Obiad: Zupa ogórkowa z ryżem 300ml. Kotlet z buraka 80g, ziemniaki 100g, marchewka z groszkiem 70g. Woda 200ml.  
Skład: ogórki kiszone, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, ryż; buraki, jajko, bułka tarta- gluten, ziemniaki, marchewka, groszek zielony
- 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

## PIĄTEK

- Śniadanie: Płatki kukurydziane z mlekiem 150ml. Pieczywo razowe, masło, konfitura wiśniowa 50g. Herbata owocowa 200ml.  
Skład: płatki kukurydziane, mleko, pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, konfitura z wiśni
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml. Naleśniki z serem białym 160g. Woda 200ml.  
Skład: buraki, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, ziemniaki; naleśniki: mąka- gluten, jajko, mleko; ser- mleko
- Podwieczorek: Wyrób własny- Ciastko francuskie z owocami 1szt.  
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.