

- 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 zagęszczone, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone 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
- Alergeny są w menu wyszczególnione pogrubioną czcionką

11-14.04.2023

WTOREK		Kcal
Śniadanie	Płatki żytnie z mlekiem 150ml. / <b>gluten, mleko</b> / Pieczywo graham, masło, konfitura wiśniowa 50g. / <b>gluten, mleko</b> / Herbata owocowa 200ml. Skład: <u>płatki żytnie- gluten, mleko, pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, konfitura z wiśni</u>	321,1
II Śniadanie	Jabłko 150g	69
Obiad	Zupa brokułowa z ryżem 300ml. / <b>mleko</b> / Pierogi leniwe z masłem 160g. / <b>gluten, jajko, mleko</b> / Woda 200ml. Skład: <u>brokuły, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, ryż; mąka- gluten, jajko, ser- mleko; masło 82%- mleko</u>	533,2
Podwieczorek	Bułka razowa, masło, szynka z indyka, ogórek kiszony 70g. / <b>gluten, mleko</b> / Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, mięso z indyka 90%, ogórek kiszony</u>	223,5
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / <b>gluten, mleko</b> / Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</u>	70

1216,8kcal

ŚRODA		Kcal
Śniadanie	Pieczywo słonecznikowe, masło, pasta z makreli i sera, rzodkiewka 70g. / <b>gluten, mleko, ryba</b> / Herbata malinowa 200ml. Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, makrela- ryba, ser- mleko, rzodkiewka</u>	217,9
II Śniadanie	Marchewka do chrupania	25
Obiad	Krem z cukinii i kukurydzy z grzankami 300ml. / <b>gluten, mleko</b> / Spaghetti bolognese 200g. / <b>gluten</b> / Woda 200ml. Skład: <u>cukinia, kukurydza, śmietana 18%- mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki- gluten; makaron- gluten, mięso mielone wieprzowe, marchewka, cebula, przecier pomidorowy 30%</u>	567,7
Podwieczorek	Wyrób własny- Smoothie truskawkowe 150ml., pieczywo chrupkie 2szt. / <b>gluten, mleko</b> / Skład: <u>jogurt naturalny- mleko, truskawki, pieczywo chrupkie- gluten</u>	198
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / <b>gluten, mleko</b> / Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</u>	70

1078,6kcal

CZWARTEK		Kcal
Śniadanie	Pieczywo żytnie, masło, ser żółty, sałata 70g. / <b>gluten, mleko</b> / Herbata z cytryną 200ml. Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ser- mleko, sałata</u>	261,7
II Śniadanie	Owoc sezonowy	50
Obiad	Zupa rosół z makaronem 300ml. / <b>gluten, seler</b> / Talarki drobiowe z brokułami i kaszą jaglaną 80g, ziemniaki 100g, surówka z marchewki tartej 70g. / <b>gluten, jajko</b> / Woda 200ml. Skład: kurczak, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , natka pietruszki, przyprawy ziołowe, <u>makaron- gluten</u> ; mięso z kurczaka, brokuły, kasza jaglana, <u>jajko, bułka tarta- gluten, ziemniaki, marchewka</u>	456
Podwieczorek	Wyrób własny- Drożdżówka z marmoladą 80g. / <b>gluten, jajko, mleko</b> / Skład: <u>mąka- gluten, jajko, mleko, marmolada</u>	242,4
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / <b>gluten, mleko</b> / Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</u>	70

1080,1kcal

PIĄTEK		Kcal
Śniadanie	Pieczywo razowe, masło, polędwica sopocka, pomidor 50g. / <b>gluten, mleko</b> / Kawa zbożowa 200ml. / <b>gluten, mleko</b> / Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, mięso wieprzowe 89%, pomidor, kawa zbożowa- gluten, mleko</u>	311,3
II Śniadanie	Banan	142,5
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml. / <b>mleko</b> / Naleśniki z serem białym 160g. / <b>gluten, jajko, mleko</b> / Woda 200ml. Skład: buraki, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, <u>śmietana 18%- mleko, ziemniaki; naleśniki: mąka- gluten, jajko, mleko; ser- mleko</u>	529,2
Podwieczorek	Pieczywo mieszane, masło, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. / <b>gluten, mleko, jajko</b> / Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, jajko, ser- mleko, szczypiorek</u>	211,6
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / <b>gluten, mleko</b> / Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</u>	70

1264,6kcal

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.