

- 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 zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane 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

24-28.04.2023

PONIEDZIAŁEK		kcal
Śniadanie	Pieczywo z ziarnami, masło, szynka drobiowa, ogórek kiszony 70g. / <b>gluten, mleko</b> / Herbata malinowa 200ml. Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</u> , mięso z kurcząt 90%, ogórek kiszony	231
II Śniadanie	Jabłko 150g	69
Obiad	Zupa koperkowa z zacierką 300ml. / <b>gluten, jajko, mleko</b> / Kluska na parze 2szt., z musem truskawkowo-jogurtowym 70ml/30ml. / <b>gluten, jajko, mleko</b> / Woda 200ml. Skład: koperek, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, <u>śmietana 18%- mleko</u> , zacierka: <u>mąka- gluten, jajko</u> ; kluski: <u>mąka- gluten, drożdże, jajko, mleko</u> ; truskawki, <u>jogurt naturalny- mleko</u>	544,4
Podwieczorek	Pieczywo pszenno-żytnie, masło, pasta jajeczna z rzodkiewką 70g. / <b>gluten, jajko, mleko</b> / Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, jajko, ser- mleko, rzodkiewka</u>	193,7
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / <b>gluten, mleko</b> / Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</u>	70

1108,1kcal

WTOREK		Kcal
Śniadanie	Pieczywo razowe, masło, ser żółty, pomidor 70g. / <b>gluten, mleko</b> / Herbata owocowa 200ml. Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ser- mleko, pomidor</u>	254,9
II Śniadanie	Owoc sezonowy	50
Obiad	Zupa rosół z makaronem 300ml. / <b>gluten, seler</b> / Połędwiczki z kurczaka w płatkach kukurydzianych 80g, ziemniaki 100g, surówka colesław 70g. / <b>mleko</b> / Woda 200ml. Skład: kurczak, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , natka pietruszki, przyprawy ziołowe, <u>makaron- gluten</u> ; połędwiczki z kurczaka, płatki kukurydziane, ziemniaki, kapusta biała, marchewka, <u>jogurt naturalny- mleko</u>	490,1
Podwieczorek	Wyrób własny- Ciastko owsiane 1szt. / <b>gluten, jajko</b> / Skład: <u>płatki owsiane- gluten, kokos, olej, jajko</u>	357,6
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / <b>gluten, mleko</b> / Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</u>	70

1222,6kcal

ŚRODA		Kcal
Śniadanie	Pieczywo graham, masło, pasta z tuńczyka i sera, ogórek zielony 70g. / <b>gluten, mleko, ryba</b> / Herbata z cytryną 200ml. Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, tuńczyk- ryba, ser- mleko, ogórek zielony</u>	206
II Śniadanie	Banan	142,5
Obiad	Zupa krupnik z ziemniakami 300ml. / <b>gluten</b> / Makaron penne z pastą ragu 200g. / <b>gluten</b> / Woda 200ml. Skład: marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, <u>kasza wiejska- gluten, ziemniaki; makaron- gluten</u> , mięso wieprzowe, pomidory	583
Podwieczorek	Wyrób własny- Serek waniliowy 70g., pieczywo chrupkie 2szt. / <b>gluten, mleko</b> / Skład: <u>ser- mleko, wanilia, pieczywo chrupkie- gluten</u>	135,7
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / <b>gluten, mleko</b> / Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</u>	70

1137,2kcal

CZWARTEK		Kcal
Śniadanie	Pieczywo żytnie, masło, kiełbasa krakowska, sałata 50g. / <b>gluten, mleko</b> / Kakao 200ml. / <b>mleko</b> / Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, mięso wieprzowe 146g/100g, sałata, kakao, mleko</u>	337,2
II Śniadanie	Jabłko 150g	69
Obiad	Zupa wiosenna 300ml. / <b>mleko</b> / Klops z indyka w sosie śmietanowo-brokułowym 80g/20g, kasza jęczmienna 150g, surówka z marchewki tartej 70g. / <b>gluten, jajko, mleko</b> / Woda 200ml. Skład: kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, <u>śmietana 18%- mleko</u> , przyprawy ziołowe, ziemniaki; filet z indyka, <u>jajko, bułka tarta- gluten</u> , brokuły, <u>śmietana 18%- mleko, mąka- gluten, kasza wiejska- gluten</u> , marchewka	488,2
Podwieczorek	Wyrób własny- Ciasto ucierane z owocami 80g. / <b>gluten, jajko</b> / Skład: <u>mąka- gluten, jajko, olej, owoce</u>	250,4
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / <b>gluten, mleko</b> / Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</u>	70

1214,8kcal

PIĄTEK		Kcal
Śniadanie	Płatki miodowe pełnoziarniste z mlekiem 150ml. / <b>gluten, mleko</b> / Pieczywo słonecznikowe, masło, konfitura malinowa 50g. / <b>gluten, mleko</b> / Herbata wiśniowa 200ml. Skład: <u>płatki miodowe pełnoziarniste- gluten, mleko, pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, konfitura z malin</u>	313,9
II Śniadanie	Marchewka do chrupania	25
Obiad	Krem z zielonego groszku z grzankami 300ml. / <b>gluten, mleko</b> / Naleśniki z musem jabłkowym 160g. / <b>gluten, jajko, mleko</b> / Woda 200ml. Skład: groszek zielony, <u>śmietana 18%- mleko</u> , ziemniaki, przyprawy ziołowe, <u>grzanki- gluten</u> ; naleśniki: <u>mąka- gluten, jajko, mleko</u> ; jabłka	549,1
Podwieczorek	Bułka z ziarnami, masło, poledwica z indyka, pomidor 70g. / <b>gluten, mleko</b> / Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, mięso z piersi indyka 93%, pomidor</u>	223,4
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / <b>gluten, mleko</b> / Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</u>	70

1181,4kcal

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.