

17-21.04.2023 W

PONIEDZIAŁEK

- Śniadanie: Pieczywo razowe, masło, pasta z ciecierzycy, rzodkiewka 50g. Kawa zbożowa 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ciecierzycza, rzodkiewka, kawa zbożowa- gluten, mleko
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa ogórkowa z ryżem 300ml. Fasola biała w sosie pomidorowym z marchewką i groszkiem 80g/20g, kasza wiejska 150g. Woda 200ml.
Skład: ogórki kiszane, marchew, pietruszka, śmietana 18%- mleko, przyprawy ziołowe, ryż; fasola biała, przecier pomidorowy 30%, śmietana 18%- mleko, mąka- gluten, marchewka, groszek zielony, kasza wiejska- gluten
- Podwieczerek: 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: Płatki kukurydziane z mlekiem 150ml. Pieczywo z ziarnami, masło, konfitura z owoców leśnych niskosłodzona 50g. Herbatka owocowa 200ml.
Skład: płatki kukurydziane, mleko, pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, konfitura z owoców leśnych
- II Śniadanie: Marchewka do chrupania
- Obiad: Krem brokułowy z grzankami 300ml. Racuchy z jabłkami 2szt. Woda 200ml.
Skład: brokuły, śmietana 18%- mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki- gluten; racuchy: mąka- gluten, mleko, jajko, jabłka
- Podwieczerek: 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

ŚRODA

- Śniadanie: Pieczywo graham, masło, jajko gotowane, ogórek zielony 70g. Herbatka wiśniowa 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, jajko, ogórek zielony
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. Kotlet sojowy 80g, ziemniaki 100g, buraki 70g. Woda 200ml.
Skład: przecier pomidorowy 30%, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, makaron- gluten; soja, jajko, bułka tarta- gluten, ziemniaki, buraki
- Podwieczerek: Wyrób własny- Jogurt brzoskwiniowy 100ml., pałki kukurydziane 2szt.
Skład: jogurt naturalny- mleko, brzoskwinia, pałki kukurydziane
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

CZWARTEK

- Śniadanie: Pieczywo słonecznikowe, masło, twarożek ze szczypiorkiem 70g. Herbatka z cytryną 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ser- mleko, szczypiorek
- II Śniadanie: Banan
- Obiad: Zupa jarzynowa z fasolką szparagową 300ml. Ryż 150g z musem truskawkowo- jogurtowym 100ml/50ml. Woda 200ml.
Skład: kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, śmietana 18%- mleko, przyprawy ziołowe, ziemniaki; ryż, truskawki, jogurt naturalny- mleko
- Podwieczerek: Bułka grahamka, masło, pasta warzywna, sałata 70g.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, warzywa, sałata
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

PIĄTEK

- Śniadanie: Pieczywo żytnie, masło, pasta humus, pomidor 70g. Herbatka malinowa 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, humus, pomidor
- II Śniadanie: Owoce sezonowy
- Obiad: Zupa kalafiorowa z zacierką 300ml. Filet rybny w panierce 80g, ziemniaki 100g, surówka z kapusty kiszanej 70g. Woda 200ml.
Skład: kalafior, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, zacierka: mąka- gluten, jajko; mintaj- ryba, bułka tarta- gluten, ziemniaki, kapusta kiszona
- Podwieczerek: Wyrób własny- Muffinka czekoladowa 1szt.
Skład: mąka- gluten, jajko, olej, kakao
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.