

- 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

05-07.06.2023

PONIEDZIAŁEK		kcal
Śniadanie	Pieczywo żytnie, masło, ser biały, rzodkiewka 70g. <b>/gluten, mleko/</b> Herbata wiśniowa 200ml. Skład: <u>pieczywo- gluten</u> , <u>masło 82%- mleko</u> , <u>ser- mleko</u> , rzodkiewka	218,5
II Śniadanie	Jabłko 150g	69
Obiad	Zupa brokułowa z ryżem 300ml. <b>/mleko/</b> Gulasz z indyka i warzyw 80g/20g, kasza jęczmienna 150g. <b>/gluten/</b> Woda 200ml. Skład: brokuły, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, <u>śmietana 18%- mleko</u> , ryż; mięso z indyka, marchewka, pietruszka, <u>mąka- gluten</u> , <u>kasza jęczmienna- gluten</u>	543,2
Podwieczorek	Wyrób własny- Pasta bananowo-kakaowa 50g, wafle ryżowe 2szt. Skład: banan, kakao, wafle ryżowe	144,3
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. <b>/gluten, mleko/</b> Skład: <u>pieczywo- gluten</u> , <u>masło 82%- mleko</u>	70

1045kcal

WTOREK		Kcal
Śniadanie	Pieczywo słonecznikowe, masło, schab pieczony, pomidor 50g. <b>/gluten, mleko/</b> Kakao 200ml. <b>/mleko/</b> Skład: <u>pieczywo- gluten</u> , <u>masło 82%- mleko</u> , schab wieprzowy 126g/100g, pomidor, kakao, <u>mleko</u>	366,8
II Śniadanie	Marchewka do chrupania	25
Obiad	Zupa żurek z ziemniakami 300ml. <b>/gluten, mleko/</b> Ryż 150g z jabłkami, cynamonem i śmietanką 100ml/50ml. <b>/mleko/</b> Woda 200ml. Skład: <u>zakwas żurku- gluten</u> , marchewka, pietruszka, <u>śmietana 18%- mleko</u> , przyprawy ziołowe, ziemniaki; ryż, jabłka, cynamon, <u>śmietana 30%- mleko</u>	532
Podwieczorek	Bułka razowa, masło, pasta z sera żółtego z jajkiem, rzodkiewką i szczypiorkiem 70g. <b>/gluten, mleko, jajko/</b> Skład: <u>pieczywo- gluten</u> , <u>masło 82%- mleko</u> , <u>ser żółty- mleko</u> , <u>majonez- jajko</u> , <u>śmietana 12%- mleko</u> , <u>jajko</u> , rzodkiewka, szczypiorek	228,3
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. <b>/gluten, mleko/</b> Skład: <u>pieczywo- gluten</u> , <u>masło 82%- mleko</u>	70

1222,1kcal

ŚRODA		Kcal
Śniadanie	Pieczywo graham, masło, pasta z makreli i sera, szczypiorek 70g. / <b>gluten, mleko, ryba</b> / Herbata z cytryną 200ml. Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, makrela- ryba, ser- mleko, szczypiorek</u>	223,3
II Śniadanie	Owoc sezonowy	50
Obiad	Zupa dyniowa z makaronem 300ml. / <b>gluten, mleko</b> / Filet z kurczaka w płatkach kukurydzianych 80g, ziemniaki 100g, surówka colesław 70g. / <b>mleko</b> / Woda 200ml. Skład: dynia, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, <u>śmietana 18%- mleko, makaron- gluten</u> ; filet z kurczaka, płatki kukurydziane, ziemniaki, kapusta biała, marchewka, <u>jogurt naturalny- mleko</u>	520,1
Podwieczorek	Wyrób własny- Rogalik z marmoladą 1szt. / <b>gluten, mleko</b> / Skład: <u>mąka- gluten, drożdże, śmietana 18%- mleko, marmolada</u>	277,6
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / <b>gluten, mleko</b> / Skład: <u>pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</u>	70

1141kcal

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.