

08-12.05.2023 W

### PONIEDZIAŁEK

- Śniadanie: Pieczywo żytnie, masło, ser biały, rzodkiewka 70g. Herbata z cytryną 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ser- mleko, rzodkiewka
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa kalafiorowa z zacierką 300ml. Spaghetti z sosem pomidorowym i warzywami 200g.  
Woda 200ml.  
Skład: kalafior, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, zacierka: mąka- gluten, jajko: makaron- gluten, marchewka, cebula, przecier pomidorowy 30%, mąka- gluten, śmietana 18%- mleko
- 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 z ziarnami, masło, pasta warzywna, sałata 70g. Herbata malinowa 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, warzywa, sałata
- II Śniadanie: Owoc sezonowy
- Obiad: Zupa rosół bezmięśny z makaronem 300ml. Kotlet z cukinii 80g, ziemniaki 100g, marchewka z groszkiem 70g. Woda 200ml.  
Skład: marchew, pietruszka, seleg, natka pietruszki, przyprawy ziołowe, makaron- gluten, cukinia, jajko, bułka tarta- gluten, ziemniaki, marchewka, groszek zielony
- Podwieczorek: Wyrób własny- Jogurt brzoskwiniowy 100ml., pieczywo pszenno-żytnie, masło 50g.  
Skład: jogurt naturalny- mleko, brzoskwinia, pieczywo- gluten, masło 82%- mleko
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

### ŚRODA

- Śniadanie: Płatki żytnie z mlekiem 150ml. Pieczywo graham, masło, konfitura z owoców leśnych 50g.  
Herbata owocowa 200ml.  
Skład: płatki żytnie- gluten, mleko, pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, konfitura z owoców leśnych
- II Śniadanie: Marchewka do chrupania
- Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml. Ryż 150g z jabłkami, cynamonem i śmietanką 100ml/50ml. Woda 200ml.  
Skład: buraki, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, ziemniaki; ryż, jabłka, cynamon, śmietana 30%- mleko
- Podwieczorek: Bułka razowa, masło, pasta z ciecierzycy, ogórek kiszony 70g.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ciecierzycy, ogórek kiszony
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

### CZWARTEK

- Śniadanie: Pieczywo słonecznikowe, masło, pasta z fasoli białej, pomidor 50g. Kakao 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, fasola biała, pomidor, kakao, mleko
- II Śniadanie: Banan
- Obiad: Krem z cukinii i kukurydzy z grzankami 300ml. Tofu w sosie śmietanowo-brokułowym 80g/20g, ziemniaki 100g, surówka z kapusty białej z koperkiem 70g. Woda 200ml.  
Skład: cukinia, kukurydza, śmietana 18%- mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki- gluten; tofu-soja, brokuły, śmietana 18%- mleko, mąka- gluten, ziemniaki, kapusta biała, koperek
- Podwieczorek: Wyrób własny- Muffinka marchewkowa 1szt.  
Skład: mąka- gluten, jajko, olej, marchewka
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

### PIĄTEK

- Śniadanie: Pieczywo razowe, masło, pasta z makreli i jajka, szczypiorek 70g. Herbata wiśniowa 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, makrela- ryba, jajko, szczypiorek
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa warzywna z kaszą manną 300ml. Naleśniki z serem białym 160g. Woda 200ml.  
Skład: kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, przyprawy ziołowe, ziemniaki, kasza manna- gluten; naleśniki: mąka- gluten, jajko, mleko; ser- mleko
- Podwieczorek: Wyrób własny- Pizza z serem 80g.  
Skład: mąka- gluten, drożdże, olej, ser- mleko, przecier pomidorowy 30%, przyprawy ziołowe, ketchup
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.