

28.08-01.09.2023 N

PONIEDZIAŁEK

- Śniadanie: Pieczywo słonecznikowe, margaryna, szynka z kurcząt, rzodkiewka 50g. Kakao na mleku kokosowym 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna, mięso z piersi kurcząt 89%, rzodkiewka, kakao, mleko kokosowe
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa koperkowa z zacierką 300ml. Spaghetti bolognese 200g. Woda 200ml.
Skład: koperek, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, zacierka: maka- gluten, jajko, makaron- gluten, mięso mielone wieprzowe, marchewka, cebula, przecier pomidorowy 30%
- Podwieczorek: Wyrób własny- Kisiel owocowy 200ml., palki kukurydziane 2szt.
Skład: owoce, mąka ziemniaczana, palki kukurydziane
- II Podw: Kanapka, margaryna 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna

WTOREK

- Śniadanie: Pieczywo z ziarnami, margaryna, pasta z fasoli białej, ogórek kiszony 70g. Herbata owocowa 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna, fasola białą, ogórek kiszony
- II Śniadanie: Banan
- Obiad: Zupa rosół z makaronem 300ml. Polędwiczki drobiowe duszone w pomidorach 80g, ziemniaki 100g, sałata zielona 70g. Woda 200ml.
Skład: kurczak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy ziołowe, makaron- gluten, polędwiczki drobiowe, pomidory, ziemniaki, sałata zielona
- Podwieczorek: Wyrób własny- Drożdżówka bezmleczna z cynamonem 1szt.
Skład: maka- gluten, jajko, drożdże, cynamon
- II Podw: Kanapka, margaryna 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna

SRODA

- Śniadanie: Pieczywo graham, margaryna, pasta z ciecierzycy, szczypiorek 70g. Herbata z cytryną 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna, ciecierzycza, szczypiorek
- II Śniadanie: Marchewka do chrupania
- Obiad: Zupa warzywna z kaszą manną 300ml. Pierogi z owocami 160g. Woda 200ml.
Skład: kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, przyprawy ziołowe, ziemniaki, kasza manna- gluten, maka- gluten, owoce
- Podwieczorek: Bułka razowa, margaryna, polędwica z indyka, rzodkiewka 70g.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna, mięso z indyka 93%, rzodkiewka
- II Podw: Kanapka, margaryna 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna

CZWARTEK

- Śniadanie: Płatki miodowe pełnoziarniste z mlekiem kokosowym 150ml. Zdrowa kanapeczka warzywna- pieczywo żytnie, margaryna, ogórek zielony, papryka 50g. Herbata wiśniowa 200ml.
Skład: płatki miodowe pełnoziarniste- gluten, mleko kokosowe, pieczywo- gluten, margaryna, ogórek zielony, papryka
- II Śniadanie: Winogrona 50g
- Obiad: Zupa ogórkowa z ryżem 300ml. Sznyceł 80g, ziemniaki 100g, buraki 70g. Woda 200ml.
Skład: ogórki kiszane, marchew, pietruszka, przyprawy ziołowe, ryż; mięso wieprzowe, jajko, bułka tarta- gluten, ziemniaki, buraki
- Podwieczorek: Pieczywo mieszane, margaryna, pasta warzywna, rzodkiewka 70g.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna, warzywa, rzodkiewka
- II Podw: Kanapka, margaryna 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna

PIĄTEK

- Śniadanie: Pieczywo razowe, margaryna, polędwica sopocka, pomidor 70g. Herbata malinowa 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna, mięso wieprzowe 89%, pomidor
- II Śniadanie: Arbus 150g
- Obiad: Zupa z zielonego groszku z grzankami 300ml. Naleśniki bezmleczne z musem jabłkowym 160g. Woda 200ml.
Skład: groszek zielony, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki- gluten; naleśniki: maka- gluten, jajko; jabłka
- Podwieczorek: Focaccia z pomidorkami koktajlowymi 1szt.
Skład: maka- gluten, oliwa, drożdże, pomidorki koktajlowe
- II Podw: Kanapka, margaryna 20g. Herbatka 200ml.
Skład: pieczywo- gluten, margaryna

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.