

## 02-05.04.2024 K bez kiwi

### WTOREK

- Śniadanie: Pieczywo słonecznikowe, masło, ser biały, pomidor/miód 100g. Herbata wiśniowa 200ml.  
Skład: [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#), [ser- mleko](#), miód wielokwiatowy, pomidor
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa koperkowa z zacierką 300ml. Kluska na parze 2szt., z musem porzeczkowo-jogurtowym 70ml/30ml. Woda 200ml.  
Skład: koperek, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, [śmietana 18%- mleko](#), [mleko](#), zacierka: [maka- gluten](#), [jajko](#); kluski: [maka- gluten](#), [drożdże](#), [jajko](#), [mleko](#); czerwona porzeczka, [jogurt naturalny- mleko](#)
- Podwieczorek: Pieczywo mieszane, masło, szynka z indyka, ogórek kiszony 50g.  
Skład: [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#), mięso z indyka 90%, ogórek kiszony
- II Podw: Kanapka 20g. Herbata 200ml.  
Skład: [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#)

### ŚRODA

- Śniadanie: Pieczywo z ziarnami, masło, pasta z tuńczyka i sera z pieczoną papryką/ser salami, sałata 100g. Herbata z cytryną 200ml.  
Skład: [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#), [tuńczyk- ryba](#), [ser- mleko](#), [ser- mleko](#), papryka, sałata
- II Śniadanie: Owoc sezonowy
- Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. Polędwiczki z kurczaka w płatkach kukurydzianych 80g, ziemniaki 100g, surówka z kapusty pekińskiej z anansem, kukurydzą i jogurtem naturalnym 70g. Woda 200ml.  
Skład: przecier pomidorowy 30%, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, [śmietana 18%- mleko](#), [mleko](#), ryż; polędwiczki z kurczaka, płatki kukurydziane, ziemniaki, kapusta pekińska, ananas, kukurydza, [jogurt naturalny- mleko](#)
- Podwieczorek: Wyrób własny- Smoothie bananowo-brzoskwiniowe 150ml., pieczywo chrupkie 2szt.  
Skład: [jogurt naturalny- mleko](#), banan, brzoskwinia, [pieczywo chrupkie- gluten](#)
- II Podw: Kanapka 20g. Herbata 200ml.  
Skład: [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#)

### CZWARTEK

- Śniadanie: Płatki zbożowe miodowe z mlekiem 150ml. Zdrowa kanapeczka warzywna- pieczywo żytnie, masło, pomidor, ogórek zielony, sałata 50g. Herbata owocowa 200ml.  
Skład: [płatki zbożowe miodowe- gluten](#), [mleko](#), [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#), pomidor, ogórek zielony, sałata
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa wiosenna 300ml. Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 80g/20g, kasza jęczmienna 150g, surówka z buraków, jabłka i ogórka kiszzonego 70g. Woda 200ml.  
Skład: kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, [śmietana 18%- mleko](#), [mleko](#), przyprawy ziołowe, ziemniaki; mięso wieprzowe, [jajko](#), przecier pomidorowy 30%, [śmietana 18%- mleko](#), [kasza jęczmienna- gluten](#), buraki, jabłko, ogórek kiszony
- Podwieczorek: Wyrób własny- Ciasto ucierane z borówkami 1szt.  
Skład: [maka- gluten](#), [jajko](#), olej, borówki
- II Podw: Kanapka 20g. Herbata 200ml.  
Skład: [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#)

### PIĄTEK

- Śniadanie: Pieczywo graham, masło, szynka wiejska, rzodkiewka/pasta jajeczno-serowa ze szczypiorkiem 100g. Kakao 200ml.  
Skład: [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#), mięso wieprzowe 104g/100g, [jajko](#), [ser- mleko](#), rzodkiewka, szczypiorek, kakao, [mleko](#)
- II Śniadanie: Banan
- Obiad: Krem z zielonych warzyw z grzankami 300ml. Ryż 150g z pieczonymi jabłkami, cynamonem i śmietanką 100ml/30ml. Woda 200ml.  
Skład: brokuły, groszek zielony, fasolka szparagowa zielona, cukinia, [śmietana 18%- mleko](#), [mleko](#), ziemniaki, przyprawy ziołowe, [grzanki- gluten](#); ryż, jabłka, cynamon, [śmietana 30%- mleko](#)
- Podwieczorek: Focaccia z parmezanem i suszonymi pomidorami 1szt.  
Skład: [maka- gluten](#), oliwa, drożdże, [ser- mleko](#), suszone pomidory
- II Podw: Kanapka 20g. Herbata 200ml.  
Skład: [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#)

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.