

- 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 zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane 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

08-12.04.2024

PONIEDZIAŁEK		kcal
Śniadanie	Pieczywo słonecznikowe, masło, ser żółty, papryka 50g. / gluten, mleko / Pieczywo słonecznikowe, masło, powidło śliwkowe 50g. / gluten, mleko / Herbata wiśniowa 200ml. Skład: <u>pieczywo, masło 82%</u> , <u>ser</u> , powidło śliwkowe, papryka	241,2
II Śniadanie	Jabłko 150g	69
Obiad	Zupa szczawiowa z ryżem 300ml. / mleko / Pierogi leniwe z masełkiem 10szt. / gluten, jajko, mleko / Woda 200ml. Skład: <u>szczaw, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%, mleko, ryż; mąka, jajko, ser; masło 82%</u>	504,2
Podwieczorek	Bułka razowa, masło, szynka z kurcząt, pomidor 70g. / gluten, mleko / Skład: <u>pieczywo, masło 82%</u> , <u>mięso z piersi kurcząt 90%</u> , pomidor	211,1
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / gluten, mleko / Skład: <u>pieczywo, masło 82%</u>	70

1095,5kcal

WTOREK		Kcal
Śniadanie	Płatki zbożowe pełnoziarniste z mlekiem 150ml. / gluten, mleko / Zdrowa kanapeczka warzywna- pieczywo żytnie, masło, ogórek zielony, pomidor, sałata 50g. / gluten, mleko / Herbata owocowa 200ml. Skład: <u>płatki zbożowe pełnoziarniste, mleko, pieczywo, masło 82%</u> , ogórek zielony, pomidor, sałata	321,4
II Śniadanie	Owoc sezonowy	50
Obiad	Zupa rosół z makaronem 300ml. / gluten, seler / Medalion z indyka 80g, ziemniaki puree 100g, surówka z marchewki tartej z jabłkiem 70g. / gluten, jajko, mleko / Woda 200ml. Skład: <u>kurczak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy ziołowe, makaron; filet z indyka, jajko, bułka tarta, ziemniaki, mleko, marchewka, jabłko</u>	469,5
Podwieczorek	Wyrób własny- Kisiel owocowy 200ml., ciastko kruche 1 szt. / gluten, jajko, mleko / Skład: <u>owoce, mąka ziemniaczana; mąka, jajko, margaryna, śmietana 18%</u>	268,6
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / gluten, mleko / Skład: <u>pieczywo, masło 82%</u>	70

1179,5Kcal

ŚRODA		Kcal
Śniadanie	Pieczywo razowe, masło, parówka z szynki, papryka 100g. / gluten, mleko / Herbata malinowa 200ml. Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u> , parówka z szynki 93%, papryka	262,1
II Śniadanie	Banan	142,5
Obiad	Zupa warzywna z kaszą manną 300ml. / gluten / Kokardki 150g z musem truskawkowo-jogurtowym 100ml/50ml. / gluten, mleko / Woda 200ml. Skład: kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, przyprawy ziołowe, ziemniaki, <u>kasza manna</u> ; <u>makaron</u> , truskawki, <u>jogurt naturalny</u>	498
Podwieczorek	Wyrób własny- Pizza z serem, szynką i suszonymi pomidorami 1szt. / gluten, mleko / Skład: <u>mąka</u> , drożdże, olej, <u>ser</u> , szynka delikatesowa z piersi indyka 90%, przecier pomidorowy 30%, przyprawy ziołowe, suszone pomidory	230,9
II Podw.	Kanapka 20g. Herbata 200ml. / gluten, mleko / Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u>	70

1203,5kcal

CZWARTEK		Kcal
Śniadanie	Pieczywo z ziarnami, masło, jajko gotowane, ogórek zielony 100g. / gluten, mleko, jajko / Herbata z cytryną 200ml. Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u> , <u>jajko</u> , ogórek zielony	240,8
II Śniadanie	Jabłko 150g	69
Obiad	Zupa dyniowa z zacierką 300ml. / gluten, jajko, mleko / Schab wieprzowy pieczony w sosie własnym 80g/20g, kasza kus kus 130g, buraki 70g. / gluten / Woda 200ml. Skład: dynia, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, <u>śmietana 18%</u> , <u>mleko</u> , zacierka: <u>mąka</u> , <u>jajko</u> ; schab wieprzowy, <u>mąka</u> , <u>kasza kus kus</u> , buraki	598,3
Podwieczorek	Wyrób własny- Jogurt owoce leśne 100ml., weka, masło. / gluten, mleko / Skład: <u>jogurt naturalny</u> , owoce leśne, <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u>	188,5
II Podw.	Kanapka 20g. Herbata 200ml. / gluten, mleko / Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u>	70

1166,6kcal

PIĄTEK		Kcal
Śniadanie	Pieczywo graham, masło, polędwica z indyka, sałata 50g. / gluten, mleko / Pieczywo graham, masło, ser salami, rzodkiewka 50g. / gluten, mleko / Kawa zbożowa 200ml. / gluten, mleko / Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u> , mięso z indyka 93%, <u>ser</u> , sałata, rzodkiewka, <u>kawa zbożowa</u> , <u>mleko</u>	323,3
II Śniadanie	Owoc sezonowy	50
Obiad	Krem z papryki i pomidorów z grzankami 300ml. / gluten, mleko / Burger rybny 80g, ziemniaki 100g, surówka z kapusty kiszzonej 70g. / ryba, jajko, gluten / Woda 200ml. Skład: papryka, pomidory, <u>śmietana 18%</u> , <u>mleko</u> , ziemniaki, przyprawy ziołowe, <u>grzanki</u> ; <u>mintaj</u> , <u>jajko</u> , marchewka, groszek zielony, <u>bułka tarta</u> , ziemniaki, kapusta kiszona	444,1
Podwieczorek	Wyrób własny- Muffinka z owocami 1szt. / gluten, jajko / Skład: <u>mąka</u> , <u>jajko</u> , olej, owoce	250,4
II Podw.	Kanapka 20g. Herbata 200ml. / gluten, mleko / Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u>	70

1137,8kcal

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.