

# 08-12.04.2024 9 bez orzechów ziemnych, pomarańczy i banana

## PONIEDZIAŁEK

Śniadanie: Pieczywo słonecznikowe, masło, ser żółty, papryka/powidło śliwkowe 100g. Herbatka wiśniowa 200ml.

Skład: [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#), [ser- mleko](#), [powidło śliwkowe](#), [papryka](#)

II Śniadanie: Jabłko 150g

Obiad: Zupa szczawiowa z ryżem 300ml. Pierogi leniwe z masłem 10szt. Woda 200ml.

Skład: [szczaw](#), [marchewka](#), [pietruska](#), [kapusta włoska](#), [przyprawy ziołowe](#), [śmietana 18%- mleko](#), [mleko](#), [ryż](#); [maka- gluten](#), [jajko](#), [ser- mleko](#); [masło 82%- mleko](#)

Podwieczorek: Bułka razowa, masło, szynka z kurcząt, pomidor 70g.

Skład: [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#), [mięso z piersi kurcząt 90%](#), [pomidor](#)

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#)

## WTOREK

Śniadanie: Płatki zbożowe pełnoziarniste z mlekiem 150ml. Zdrowa kanapeczka warzywna- pieczywo żytnie, masło, ogórek zielony, pomidor, sałata 50g. Herbatka owocowa 200ml.

Skład: [płatki zbożowe pełnoziarniste- gluten](#), [mleko](#), [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#), [ogórek zielony](#), [pomidor](#), [sałata](#)

II Śniadanie: Owoc sezonowy

Obiad: Zupa rosół z makaronem 300ml. Medalion z indyka 80g, ziemniaki puree 100g, surówka z marchewki tartej z jabłkiem 70g. Woda 200ml.

Skład: [kurczak](#), [marchew](#), [pietruska](#), [seler](#), [natka pietruszki](#), [przyprawy ziołowe](#), [makaron- gluten](#); [filet z indyka](#), [jajko](#), [bułka tarta- gluten](#), [ziemniaki](#), [mleko](#), [marchewka](#), [jabłko](#)

Podwieczorek: Wyrób własny- Kisiel owocowy 200ml., ciastko kruche 1szt.

Skład: [owoce](#), [mąka ziemniaczana](#); [maka- gluten](#), [jajko](#), [margaryna](#), [śmietana 18%- mleko](#)

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#)

## ŚRODA

Śniadanie: Pieczywo razowe, masło, parówka z szynki, papryka 100g. Herbatka malinowa 200ml.

Skład: [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#), [parówka z szynki 93%](#), [papryka](#)

II Śniadanie: Owoc sezonowy

Obiad: Zupa warzywna z kaszą manną 300ml. Kokardki 150g z musem truskawkowo-jogurtowym 100ml/50ml. Woda 200ml.

Skład: [kalanfior](#), [groszek zielony](#), [fasolka szparagowa](#), [marchewka](#), [pietruska](#), [przyprawy ziołowe](#), [ziemniaki](#), [kasza manna- gluten](#); [makaron- gluten](#), [truskawki](#), [jogurt naturalny- mleko](#)

Podwieczorek: Wyrób własny- Pizza z serem, szynką i suszonymi pomidorami 1szt.

Skład: [maka- gluten](#), [drożdże](#), [olej](#), [ser- mleko](#), [szynka delikatkowa z piersi indyka 90%](#), [przecier pomidorowy 30%](#), [przyprawy ziołowe](#), [suszone pomidory](#)

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#)

## CZWARTEK

Śniadanie: Pieczywo z ziarnami, masło, jajko gotowane, ogórek zielony 100g. Herbatka z cytryną 200ml.

Skład: [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#), [jajko](#), [ogórek zielony](#)

II Śniadanie: Jabłko 150g

Obiad: Zupa dyniowa z zacierką 300ml. Schab wieprzowy pieczony w sosie własnym 80g/20g, kasza kus kus 130g, buraki 70g. Woda 200ml.

Skład: [dynia](#), [marchewka](#), [pietruska](#), [kapusta włoska](#), [przyprawy ziołowe](#), [śmietana 18%- mleko](#), [mleko](#), [zacierka](#); [maka- gluten](#), [jajko](#); [schab wieprzowy](#), [maka- gluten](#), [kasza kus kus- gluten](#), [buraki](#)

Podwieczorek: Wyrób własny- Jogurt owoce leśne 100ml., weka, masło.

Skład: [jogurt naturalny- mleko](#), [owoce leśne](#), [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#)

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#)

## PIĄTEK

Śniadanie: Pieczywo graham, masło, polędwica z indyka, sałata/ser salami, rzodkiewka 100g. Kawa zbożowa 200ml.

Skład: [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#), [mięso z indyka 93%](#), [ser- mleko](#), [sałata](#), [rzodkiewka](#), [kawa zbożowa- gluten](#), [mleko](#)

II Śniadanie: Owoc sezonowy

Obiad: Krem z papryki i pomidorów z grzankami 300ml. Burger rybny 80g, ziemniaki 100g, surówka z kapusty kiszanej 70g. Woda 200ml.

Skład: [papryka](#), [pomidory](#), [śmietana 18%- mleko](#), [mleko](#), [ziemniaki](#), [przyprawy ziołowe](#), [grzanki- gluten](#); [mintaj- ryba](#), [jajko](#), [marchewka](#), [groszek zielony](#), [bułka tarta- gluten](#), [ziemniaki](#), [kapusta kiszona](#)

Podwieczorek: Wyrób własny- Muffinka z owocami 1szt.

Skład: [maka- gluten](#), [jajko](#), [olej](#), [owoce](#)

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: [pieczywo- gluten](#), [masło 82%- mleko](#)

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.