

- 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

13-17.05.2024

PONIEDZIAŁEK		kcal
Śniadanie	Pieczywo z ziarnami, masło, szynka pierś maślana, papryka 50g. /gluten, mleko/ Pieczywo z ziarnami, masło, ser biały, ogórek zielony 50g. /gluten, mleko/ Kawa zbożowa 200ml. /gluten, mleko/ Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u> , mięso z piersi kurcząt 85%, <u>ser</u> , papryka, ogórek zielony, <u>kawa zbożowa</u> , <u>mleko</u>	315,2
II Śniadanie	Jabłko 150g	69
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem 300ml. /mleko/ Gulasz z indyka i warzyw 80g/20g, kasza wiejska 150g. /gluten/ Woda 200ml. Skład: ogórki kiszzone, marchew, pietruszka, <u>śmietana 18%</u> , <u>mleko</u> , przyprawy ziołowe, ryż; mięso z indyka, warzywa, <u>mąka</u> , <u>kasza wiejska</u>	489,8
Podwieczorek	Wyrób własny- Jogurt truskawkowy 100ml., wafle ryżowe 2szt. /mleko/ Skład: <u>jogurt naturalny</u> , truskawki, wafle ryżowe	175,8
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. /gluten, mleko/ Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u>	70

1119,8kcal

WTOREK		Kcal
Śniadanie	Płatki kukurydziane z mlekiem 150ml. /mleko/ Zdrowa kanapeczka warzywna- pieczywo razowe, masło, ogórek zielony, pomidor, sałata 50g. /gluten, mleko/ Herbata wiśniowa 200ml. Skład: płatki kukurydziane, <u>mleko</u> , <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u> , ogórek zielony, pomidor, sałata	300,3
II Śniadanie	Owoc sezonowy	50
Obiad	Zupa pomidorowa z zacierką 300ml. /gluten, jajko, mleko/ Kotlet pożarski 80g, ziemniaki puree 100g, surówka z buraków, jabłka i ogórka kiszzonego 70g. /gluten, jajko, mleko/ Woda 200ml. Skład: przecier pomidorowy 30%, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, <u>śmietana 18%</u> , <u>mleko</u> , zacierka: <u>mąka</u> , <u>jajko</u> ; mięso z kurczaka, mięso wieprzowe, <u>jajko</u> , <u>bułka tarta</u> , ziemniaki, <u>mleko</u> , buraki, jabłko, ogórek kiszony	503,1
Podwieczorek	Banan, pałki kukurydziane. Skład: banan, pałki kukurydziane	180,5
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. /gluten, mleko/ Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u>	70

1103,9kcal

ŚRODA		Kcal
Śniadanie	Pieczywo graham, masło, parówka z szynki, pomidor 100g. / gluten, mleko / Herbata malinowa 200ml. Skład: <u>pieczywo, masło 82%</u> , parówka z szynki 93%, pomidor	263,7
II Śniadanie	Jabłko 150g	69
Obiad	Krem z zielonych warzyw z grzankami 300ml. / gluten, mleko / Pierogi leniwe z maselkiem 10szt. / gluten, jajko, mleko / Woda 200ml. Skład: brokuły, groszek zielony, fasolka szparagowa zielona, cukinia, <u>śmietana 18%</u> , <u>mleko</u> , ziemniaki, przyprawy ziołowe, <u>grzanki</u> ; <u>mąka, jajko, ser</u> ; <u>masło 82%- mleko</u>	547,7
Podwieczorek	Pieczywo pszenno-żytnie, masło, pasta jajeczno-serowa z rzodkiewką 50g. / gluten, mleko, jajko / Skład: <u>pieczywo, masło 82%</u> , <u>ser, jajko</u> , rzodkiewka	150,4
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / gluten, mleko / Skład: <u>pieczywo, masło 82%</u>	70

1100,8kcal

CZWARTEK		Kcal
Śniadanie	Wyrób własny- Serek waniliowy 70g, pieczywo żytnie, masło 100g. / gluten, mleko / Herbata z cytryną 200ml. Skład: <u>ser, wanilia, pieczywo, masło 82%</u>	287,4
II Śniadanie	Owoc sezonowy	50
Obiad	Zupa dyniowa z makaronem 300ml. / gluten, mleko / Udziec z kurczaka pieczony bez kości 80g, ziemniaki puree 100g, marchewka z groszkiem 70g. / mleko / Woda 200ml. Skład: dynia, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, <u>śmietana 18%</u> , <u>mleko</u> , <u>makaron</u> ; udziec z kurczaka, ziemniaki, <u>mleko</u> , marchewka, groszek zielony	533,6
Podwieczorek	Sok tłoczony z jabłek (bez cukru) 150ml., weka, masło. / gluten, mleko / Skład: <u>jabłka, pieczywo, masło 82%</u>	135,5
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / gluten, mleko / Skład: <u>pieczywo, masło 82%</u>	70

1076,5kcal

PIĄTEK		Kcal
Śniadanie	Pieczywo słonecznikowe, masło, pasta z tuńczyka i sera ze szczypiorkiem 50g. / gluten, mleko, ryba / Pieczywo słonecznikowe, masło, ser żółty, rzodkiewka 50g. / gluten, mleko / Herbata owocowa 200ml. Skład: <u>pieczywo, masło 82%</u> , <u>tuńczyk, ser, ser</u> , szczypiorek, rzodkiewka	251,3
II Śniadanie	Banan	142,5
Obiad	Zupa krupnik z ziemniakami 300ml. / gluten / Racuchy z jabłkami 2szt., i musem owocowo-jogurtowym 70ml/30ml. / gluten, mleko, jajko / Woda 200ml. Skład: marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, <u>kasza wiejska</u> , ziemniaki; racuchy: <u>mąka, mleko, jajko, jabłka</u> ; owoce, <u>jogurt naturalny</u>	561
Podwieczorek	Bułka razowa, masło, szynka wiejska, sałata 70g. / gluten, mleko / Skład: <u>pieczywo, masło 82%</u> , mięso wieprzowe 104g/100g, sałata	222
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / gluten, mleko / Skład: <u>pieczywo, masło 82%</u>	70

1246,8kcal

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.