

- 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

20-24.05.2024

PONIEDZIAŁEK		kcal
Śniadanie	Pieczywo żytnie, masło, ser żółty, papryka 50g. / gluten, mleko / Pieczywo żytnie, masło, miód 50g. / gluten, mleko / Herbata z cytryną 200ml. Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u> , <u>ser</u> , miód wielokwiatowy, papryka	252,7
II Śniadanie	Jabłko 150g	69
Obiad	Zupa koperkowa z zacierką 300ml. / gluten, jajko, mleko / Makaron penne z pastą ragu 200g. / gluten / Woda 200ml. Skład: koperk, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, <u>śmietana 18%</u> , <u>mleko</u> , zacierka: <u>mąka</u> , <u>jajko</u> ; <u>makaron</u> , mięso wieprzowe, cebula, marchewka, pomidory	546
Podwieczorek	Wyrób własny- Smoothie brzoskwiniowo-bananowe 150ml., pieczywo chrupkie 2szt. / gluten, mleko / Skład: <u>jogurt naturalny</u> , brzoskwinia, banan, <u>pieczywo chrupkie</u>	222,4
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / gluten, mleko / Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u>	70

1160,1kcal

WTOREK		Kcal
Śniadanie	Pieczywo graham, masło, szynka konserwowa, pomidor 50g. / gluten, mleko / Pieczywo graham, masło, ser biały, ogórek zielony 50g. / gluten, mleko / Herbata wiśniowa 200ml. Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u> , mięso wieprzowe 90%, <u>ser</u> , pomidor, ogórek zielony	216
II Śniadanie	Banan	142,5
Obiad	Zupa grysikowa z ziemniakami 300ml. / gluten / Ryż 150g z pieczonymi z jabłkami, cynamonem i śmietanką 100ml/30ml. / mleko / Woda 200ml. Skład: <u>kasza manna</u> , marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, ziemniaki; ryż, jabłka, cynamon, <u>śmietana 30%</u>	579,4
Podwieczorek	Focaccia z parmezanem i suszonymi pomidorami 1szt. / gluten, mleko / Skład: <u>mąka</u> , oliwa, drożdże, suszone pomidory, <u>parmezan</u>	212,5
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / gluten, mleko / Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u>	70

1220,4kcal

ŚRODA		Kcal
Śniadanie	Pieczywo z ziarnami, masło, pasta z jajka i sera żółtego z rzodkiewką i szczypiorkiem 100g. / gluten, jajko, mleko / Herbata malinowa 200ml. Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u> , <u>ser żółty</u> , <u>majonez</u> , <u>śmietana 12%</u> , <u>jajko</u> , <u>rzodkiewka</u> , <u>szczypiorek</u>	255,8
II Śniadanie	Owoc sezonowy	50
Obiad	Zupa rosół z makaronem 300ml. / gluten, seler / Kotlet de volaille z kurczaka 80g, ziemniaki 100g, sałata zielona jogurtem naturalnym 70g. / gluten, mleko / Woda 200ml. Skład: kurczak, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , natka pietruszki, przyprawy ziołowe, <u>makaron</u> ; filet z kurczaka, <u>masło 82%</u> , <u>bułka tarta</u> , ziemniaki, sałata zielona, <u>jogurt naturalny</u>	518
Podwieczorek	Wyrób własny- Serek waniliowy z borówkami 70g., weka, masło. / gluten, mleko / Skład: <u>ser</u> , <u>borówki</u> , <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u>	180,6
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / gluten, mleko / Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u>	70

1074,4kcal

CZWARTEK		Kcal
Śniadanie	Płatki zbożowe pełnoziarniste z mlekiem 150ml. / gluten, mleko / Zdrowa kanapeczka warzywna- pieczywo razowe, masło, ogórek zielony, pomidor, sałata 50g. / gluten, mleko / Herbata owocowa 200ml. Skład: <u>płatki zbożowe pełnoziarniste</u> , <u>mleko</u> , <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u> , <u>ogórek zielony</u> , <u>pomidor</u> , <u>sałata</u>	316,8
II Śniadanie	Jabłko 150g	69
Obiad	Krem z buraków z grzankami 300ml. / gluten, mleko / Naleśniki z serem białym 160g. / gluten, jajko, mleko / Woda 200ml. Skład: buraki, <u>śmietana 18%</u> , <u>mleko</u> , ziemniaki, przyprawy ziołowe, <u>grzanki</u> ; naleśniki: <u>mąka</u> , <u>jajko</u> , <u>mleko</u> ; <u>ser</u>	576,7
Podwieczorek	Bułka grahamka, masło, szynka z indyka, ogórek kiszony 70g. / gluten, mleko / Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u> , <u>mięso z indyka 90%</u> , <u>ogórek kiszony</u>	213,4
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / gluten, mleko / Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u>	70

1245,9kcal

PIĄTEK		Kcal
Śniadanie	Pieczywo słonecznikowe, masło, polędwica drobiowa miodowa, sałata 50g. / gluten, mleko / Pieczywo słonecznikowe, masło, rolada serowa, pomidor 50g. / gluten, mleko / Kakao 200ml. / mleko / Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u> , <u>filet z kurczaka 81%</u> , <u>ser</u> , <u>sałata</u> , <u>pomidor</u> , <u>kakao</u> , <u>mleko</u>	355,4
II Śniadanie	Owoc sezonowy	50
Obiad	Zupa wiosenna 300ml. / mleko / Filet rybny w panierce 80g, ziemniaki puree 100g, surówka z kapusty kiszonej 70g. / ryba, gluten, mleko / Woda 200ml. Skład: kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, <u>śmietana 18%</u> , <u>mleko</u> , przyprawy ziołowe, ziemniaki; <u>mintaj</u> , <u>bułka tarta</u> , ziemniaki, <u>mleko</u> , <u>kapusta kiszona</u>	475,4
Podwieczorek	Wyrób własny- Ciasto ucierane na maślanec z truskawkami 1szt. / gluten, jajko, mleko / Skład: <u>mąka</u> , <u>jajko</u> , <u>maślanca</u> , <u>olej</u> , <u>truskawki</u>	214,4
II Podw.	Kanapka 20g. Herbatka 200ml. / gluten, mleko / Skład: <u>pieczywo</u> , <u>masło 82%</u>	70

1165,2kcal

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.