

# 29-31.07.2024 BA bez jabłek

## PONIEDZIAŁEK

Śniadanie: Pieczywo z ziarnami, masło, szynka z kurcząt, ogórek kiszony/ser salami, rzodkiewka 100g.  
Herbata malinowa 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, mięso z piersi kurcząt 90%, ser- mleko, ogórek kiszony, rzodkiewka

II Śniadanie: Owoc sezonowy

Obiad: Zupa szczawiowa z ryżem 300ml. Spaghetti bolognese 200g. Woda 200ml.

Skład: szczaw, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko\_ryż; makaron- gluten, mięso mielone wieprzowe, marchewka, cebula, przecier pomidorowy 30%

Podwieczorek: Wyrób własny- Serek bananowo-brzoskwiniowy 70g., pieczywo pszenno-żytnie, masło 50g.

Skład: ser- mleko, banan, brzoskwinia, pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

## WTOREK

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

Skład: płatki zbożowe miodowe- gluten, mleko, pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ogórek zielony, pomidor, sałata

II Śniadanie: Banan

Obiad: Zupa ziemniaczana 300ml. Ryż 150g z musem truskawkowo-jogurtowym 100ml/50ml. Woda 200ml.

Skład: marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, ziemniaki; ryż, truskawki, jogurt naturalny- mleko

Podwieczorek: Bułka kajzerka, masło, szynka z indyka, pomidor 70g.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, mięso z indyka 90%, pomidor

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

## SRODA

Śniadanie: Pieczywo razowe, masło, polędwica sopocka, rzodkiewka/ser biały, ogórek zielony 100g.  
Herbata wiśniowa 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, mięso wieprzowe 89%, ser- mleko, rzodkiewka, ogórek zielony

II Śniadanie: Owoc sezonowy

Obiad: Zupa rosół z makaronem 300ml. Filet z kurczaka w panierce 80g, ziemniaki młode 100g, surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, ananasem i jogurtem naturalnym 70g. Woda 200ml.

Skład: kurczak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy ziołowe, makaron- gluten; filet z kurczaka, bułka tarta- gluten, ziemniaki, kapusta pekińska, kukurydza, ananas, jogurt naturalny- mleko

Podwieczorek: Wyrób własny- Muffinka jogurtowa z brzoskwinia 1szt.

Skład: mąka- gluten, jajko, jogurt naturalny- mleko, olej, brzoskwinia

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.