

21-25.10.2024 F5

PONIEDZIAŁEK

- Śniadanie: Pieczywo żytnie, masło, ser salami, papryka 100g. Herbatka z cytryną 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ser- mleko, papryka
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa szczawiowa z ryżem 300ml. Pierogi leniwe z masłem 10szt. Woda 200ml.  
Skład: szczaw, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, ryż, mąka- gluten, jajko, ser- mleko, masło 82%- mleko
- Podwieczorek: Bułka kajzerka, masło, szynka z indyka, rzodkiewka 70g.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, mięso z indyka 90%, rzodkiewka
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

WTOREK

- Śniadanie: Płatki kukurydziane z mlekiem 150ml. Zdrowa kanapeczka warzywna- pieczywo słonecznikowe, masło, ogórek zielony, pomidor, sałata 50g. Herbatka owocowa 200ml.  
Skład: płatki kukurydziane, mleko, pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ogórek zielony, pomidor, sałata
- II Śniadanie: Owoc sezonowy
- Obiad: Krem z zielonych warzyw z grzankami 300ml. Udziec z kurczaka pieczony bez kości 80g, kasza kus kus 130g, surówka z buraków, ogórka kiszzonego i jabłka 70g. Woda 200ml.  
Skład: brokuły, groszek zielony, fasolka szparagowa zielona, cukinia, śmietana 18%- mleko, mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki- gluten, udziec z kurczaka, kasza kus kus- gluten, buraki, ogórek kiszony, jabłko
- Podwieczorek: Wyrób własny- Jabłko pieczone 1szt, Ciastko kruche z kokosem 1szt.  
Skład: jabłko; ciastko: mąka- gluten, jajko, masło 82%- mleko, kokos
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

ŚRODA

- Śniadanie: Pieczywo graham, masło, jajko gotowane, ogórek zielony 100g. Kakao 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, jajko, ogórek zielony, kakao, mleko
- II Śniadanie: Jabłko 150g
- Obiad: Zupa rosół z makaronem 300ml. Gołąbek meksykański z mięsem wieprzowym w sosie pomidorowym 80g/20g, ziemniaki puree 100g, surówka z marchewki tartej 70g. Woda 200ml.  
Skład: kurczak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy ziołowe, makaron- gluten; mięso wieprzowe, cebula, ryż, kapusta biała, przecier pomidorowy 30%, mąka- gluten, śmietana 18%- mleko, ziemniaki, mleko, marchewka
- Podwieczorek: Wyrób własny- Ciasto drożdżowe z kruszonką 1 szt.  
Skład: mąka- gluten, jajko, mleko, drożdże; mąka- gluten, masło 82%- mleko
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

CZWARTEK

- Śniadanie: Pieczywo razowe, masło, szynka z kurcząt, rzodkiewka/pasta z sera ze szczypiorkiem 100g. Herbatka wiśniowa 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, mięso z piersi kurcząt 90%, ser- mleko, rzodkiewka, szczypiorek
- II Śniadanie: Banan
- Obiad: Zupa grysikowa z ziemniakami 300ml. Makaron świderki 150g z musem truskawkowo-jogurtowym 100ml/50ml. Woda 200ml.  
Skład: kasza manna- gluten, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, ziemniaki; makaron- gluten, truskawki, jogurt naturalny- mleko
- Podwieczorek: Wyrób własny- Focaccia z parmezanem i pomidorami 1szt.  
Skład: mąka- gluten, oliwa, drożdże, pomidory, parmezan- mleko
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

PIĄTEK

- Śniadanie: Pieczywo z ziarnami, masło, parówka z szynki, pomidor 100g. Herbatka malinowa 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, parówka z szynki 93%, pomidor
- II Śniadanie: Marchewka do chrupania 40g
- Obiad: Zupa koperkowa z zacierką 300ml. Kotlet rybno-jajeczny 80g, ziemniaki 100g, kapusta kiszona 70g. Woda 200ml.  
Skład: koperka, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, zacierka: mąka- gluten, jajko; mintaj- ryba, jajko, bułka tarta- gluten, ziemniaki, kapusta kiszona
- Podwieczorek: Wyrób własny- Serek bananowo-brzoskwiniowy 70g., chrupki kukurydziane.  
Skład: ser- mleko, banan, brzoskwinia, chrupki kukurydziane
- II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.  
Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.