

12-15.11.2024 B bez brokułów

WTOREK

Śniadanie: Pieczywo z ziarnami, masło, ser żółty, rzodkiewka/miód 100g. Herbata z cytryną 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ser- mleko, miód wielokwiatowy, rzodkiewka

II Śniadanie: Jabłko 150g

Obiad: Zupa dyniowa z makaronem 300ml. Kluska na parze 2szt., z polewą porzeczkowo-jogurtową 70ml/30ml. Woda 200ml.

Skład: dynia, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, makaron- gluten; kluski: maka- gluten, drożdże, jajko, mleko; czerwona porzeczka, jogurt naturalny- mleko

Podwieczorek: Pieczywo pszenno-żytnie, masło, polędwica z indyka, pomidor 50g.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, mięso z piersi indyka 93%, pomidor

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

ŚRODA

Śniadanie: Pieczywo razowe, masło, szynka rubinkowa, ogórek zielony/twarożek ze szczypiorkiem 100g.

Herbata malinowa 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, mięso wieprzowe 87%, ser- mleko, ogórek zielony, szczypiorek

II Śniadanie: Owoc sezonowy

Obiad: Zupa pomidorowa z zacierką 300ml. Kotlet de volaille z kurczaka 80g, ziemniaki 100g, marchewka tarta 70g. Woda 200ml.

Skład: przecier pomidorowy 30%, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, zacierka: maka- gluten, jajko; filet z kurczaka, masło 82%- mleko, bułka tarta- gluten, ziemniaki, marchewka

Podwieczorek: Wyrób własny- Serek truskawkowy 70g., pieczywo chrupkie 2szt.

Skład: ser- mleko, truskawki, pieczywo chrupkie- gluten

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

CZWARTEK

Śniadanie: Pieczywo graham, masło, pasta z łososia i sera z pieczoną papryką/powidło śliwkowe 100g.

Herbata wiśniowa 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, łosoś- ryba, ser- mleko, powidło śliwkowe, papryka

II Śniadanie: Jabłko 150g

Obiad: Zupa jarzynowa z fasolką szparagową 300ml. Schab wieprzowy pieczony z ziołami w sosie własnym 80g, kasza kus kus 130g, surówka z buraków, jabłka i ogórka kiszzonego 70g. Woda 200ml.

Skład: kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, śmietana 18%- mleko, mleko, przyprawy ziołowe, ziemniaki; schab wieprzowy, przyprawy ziołowe, kasza kus kus- gluten, buraki, jabłko, ogórek kiszony

Podwieczorek: Wyrób własny- Ciasto ucierane czekoladowe z owocami 1szt.

Skład: maka- gluten, jajko, olej, kakao, owoce

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

PIĄTEK

Śniadanie: Pieczywo słonecznikowe, masło, szynka z piersi fileta, ogórek kiszony/ser biały, papryka 100g. Kawa zbożowa 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, mięso z kurczaka 84%, ser- mleko, ogórek kiszony, papryka, kawa zbożowa- gluten, mleko

II Śniadanie: Pomarańcza 150g

Obiad: Krem z warzyw z grzankami 300ml. Racuchy z jabłkami 2szt., i polewą bananowo-brzoskwiniowo-jogurtową 70ml/30ml. Woda 200ml.

Skład: warzywa, śmietana 18%- mleko, mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki- gluten; racuchy: maka- gluten, mleko, jajko, jabłko; banan, brzoskwinie, jogurt naturalny- mleko

Podwieczorek: Wyrób własny- Focaccia z parmezanem i suszonymi pomidorami 1szt.

Skład: maka- gluten, oliwa, drożdże, suszone pomidory, parmezan- mleko

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.