|  |  |
| --- | --- |
| ROYAL EVENTS Sp.z o.o.ul. Borkowska 30 Kraków |  |

* 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 zagęszczone, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone 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

02-06.12-2024r.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | PONIEDZIAŁEK | kcal |
| Śniadanie | Pieczywo razowe, masło, szynka z piersi kurczaka, ogórek zielony 50g. /**gluten, mleko**/Pieczywo razowe, masło, ser żółty, papryka 50g. /**gluten, mleko**/Herbata malinowa 200ml.Skład: pieczywo, masło 82%, mięso z kurczaka 84%, ser, ogórek zielony, papryka | 238,1 |
| II Śniadanie | Jabłko 150g | 69 |
| Obiad | Zupa kalafiorowa z zacierką 300ml. /gluten, mleko, jaja/Gulasz z indyka 80g/20g, kasza pęczak 150g, ogórek kiszony 70g. /**gluten**/Woda 200ml.Skład: kalafior, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawyziołowe, śmietana 18%, mleko, zacierka; mięso z indyka, mąka, kasza pęczak, ogórek kiszony | 567,7 |
| Podwieczorek | Wyrób własny- Jogurt owoce leśne 100ml., pieczywo pszenno-żytnie, masło 50g./**gluten, mleko**/Skład: jogurt naturalny, owoce leśne, pieczywo, masło 82% | 233,3 |
| II Podw. | Kanapka 20g. Herbatka 200ml. /**gluten, mleko**/Skład: pieczywo, masło 82% | 70 |

1178,1kcal

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | WTOREK | Kcal |
| Śniadanie | Pieczywo z ziarnami, masło, ser biały, rzodkiewka 50g. /**gluten, mleko**/Pieczywo z ziarnami, masło, miód 50g. /**gluten, mleko**/Herbata z cytryną 200ml.Skład: pieczywo, masło 82%, ser, miód wielokwiatowy, rzodkiewka | 239,1 |
| II Śniadanie | Owoc sezonowy | 50 |
| Obiad | Krem z pomarańczowych warzyw z grzankami 300ml. /**gluten, mleko**/Jajko sadzone 1szt, ziemniaki puree 100g, marchewka z groszkiem 70g. /**jajko, mleko**/Woda 200ml.Skład: marchew, dynia, bataty, śmietana 18%, mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe,grzanki; jajko, ziemniaki, mleko, marchewka, groszek zielony | 513,3 |
| Podwieczorek | Wyrób własny- Muffinka waniliowa z nasionami chia 1szt. /**gluten, jajko**/Skład: mąka, jajko, olej, wanilia, nasiona chia | 244,2 |
| II Podw. | Kanapka 20g. Herbatka 200ml. /**gluten, mleko**/Skład: pieczywo, masło 82% | 70 |

1116,6kcal

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | ŚRODA | Kcal |
| Śniadanie | Pieczywo graham, masło, pasta z łososia i sera z pieczoną papryką 50g. /**gluten, mleko,****ryba**/Pieczywo graham, masło, rolada serowa, ogórek zielony 50g. /**gluten, mleko**/Herbata wiśniowa 200ml.Skład: pieczywo, masło 82%, łosoś, ser, ser, papryka, ogórek zielony | 240 |
| II Śniadanie | Banan | 142,5 |
| Obiad | Zupa jarzynowa z fasolką szparagową 300ml. /**mleko**/Ryż zapiekany z jabłkami, cynamonem i śmietanką 180g/30ml. /**mleko**/Woda 200ml.Skład: kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, śmietana18%, mleko, przyprawy ziołowe, ziemniaki; ryż, jabłka, cynamon, śmietana 30%-mleko | 551,5 |
| Podwieczorek | Bułka z ziarnami, masło, szynka rubinkowa, pomidor 70g. /**gluten, mleko**/Skład: pieczywo, masło 82%, mięso wieprzowe 87%, pomidor | 224,3 |
| II Podw. | Kanapka 20g. Herbatka 200ml. /**gluten, mleko**/Skład: pieczywo, masło 82% | 70 |

1228,3kcal

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | CZWARTEK | Kcal |
| Śniadanie | Pieczywo słonecznikowe, masło, polędwica z indyka, ogórek kiszony 50g. /**gluten,****mleko**/Pieczywo słonecznikowe, masło, twarożek z rzodkiewką 50g. /**gluten, mleko**/Kawa zbożowa 200ml. /**gluten, mleko**/Skład: pieczywo, masło 82%, mięso z indyka 93%, ser, ogórek kiszony, rzodkiewka,kawa zbożowa, mleko | 311,8 |
| II Śniadanie | Jabłko 150g | 69 |
| Obiad | Zupa ogórkowa z ryżem 300ml. /**mleko**/Filet z kurczaka w panierce 80g, ziemniaki 100g, colesław 70g. /**gluten, mleko**/Woda 200mlSkład: ogórki kiszone, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe,śmietana 18%, mleko, ryż; filet z kurczaka, bułka tarta, ziemniaki, kapusta biała,marchewka, jogurt naturalny | 522 |
| Podwieczorek | Wyrób własny- Kisiel owocowy 200ml., chrupki kukurydziane.Skład: owoce, mąka ziemniaczana; chrupki kukurydziane | 166,3 |
| II Podw. | Kanapka 20g. Herbatka 200ml. /**gluten, mleko**/Skład: pieczywo, masło 82% | 70 |

1139,1kcal

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | PIĄTEK | Kcal |
| Śniadanie | Płatki zbożowe pełnoziarniste z mlekiem 150ml. /**gluten, mleko**/Zdrowa kanapeczka warzywna- pieczywo żytnie, masło, pomidor, ogórek zielony, sałata50g. /**gluten, mleko**/Herbata owocowa 200ml.Skład: płatki zbożowe pełnoziarniste, mleko, pieczywo, masło 82%, pomidor, ogórekzielony, sałata | 320,8 |
| II Śniadanie | Marchewka do chrupania 40g | 11,6 |
| Obiad | Zupa żurek z ziemniakami 300ml. /**gluten, mleko**/Naleśniki z serem białym 160g. /**gluten, mleko, jajko**/Woda 200ml.Skład: zakwas żurku, marchewka, pietruszka, śmietana 18%, mleko, przyprawyziołowe, ziemniaki; naleśniki: mąka- gluten, jajko, mleko; ser- mleko | 562,2 |
| Podwieczorek | Wyrób własny -Mikołajowe ciasto piernikowe Skład: mąka- gluten, masło 82%- mleko, miód, jajko, mleko, kakao, przyprawy, korzenne | 223,8 |
| II Podw. | Kanapka 20g. Herbatka 200ml. /**gluten, mleko**/Skład: pieczywo, masło 82% | 70 |

1176,4kcal

Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.