30.12.2024-03.01.2025 W

PONIEDZIAŁEK

Śniadanie: Pieczywo żytnie, masło, ser salami, papryka/powidło śliwkowe 100g. Herbata z cytryną 200ml.

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

II Śniadanie: Jabłko 150g

Obiad: Zupa dyniowa z makaronem 300ml. Pierogi leniwe z masełkiem 10szt. Kompot 200ml.

Skład: dynia, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%- mleko, mleko, makaron- gluten; mąka- gluten, jajko, ser- mleko; masło 82%- mleko

Podwieczorek: Bułka kajzerka, masło, pasta z fasoli białej, pomidor 70g.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, fasola białą, pomidor

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo, masło 82%

WTOREK

Śniadanie: Pieczywo razowe, masło, pasta z sera ze szczypiorkiem 100g. Herbata wiśniowa 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ser- mleko, szczypiorek

II Śniadanie: Owoc sezonowy

Obiad: Krem z zielonych warzyw z grzankami 300ml. Gulasz z tofu 80g/20g, kasza jęczmienna 150g, ogórek kiszony 70g. Kompot 200ml.

Skład: brokuły, groszek zielony, fasolka szparagowa zielona, cukinia, śmietana 18%- mleko, mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki- gluten; tofu, mąka- gluten, kasza jęczmienna- gluten, ogórek kiszony

Podwieczorek: Wyrób własny- Ciasto drożdżowe z kruszonką 1szt.

Skład: mąka- gluten, jajko, mleko, drożdże; mąka- gluten, masło 82%- mleko

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo, masło 82%

**ŚRODA NOWY ROK**

CZWARTEK

Śniadanie: Pieczywo razowe, masło, pasta warzywna, ogórek kiszony100g. Herbata wiśniowa 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, warzywa, ogórek kiszony

II Śniadanie: Banan

Obiad: Zupa wielowarzywna z natką pietruszki 300ml. Makaron świderki 150g z musem truskawkowo-jogurtowym 100ml/50ml. Kompot 200ml.

Skład: kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, śmietana 18%- mleko, mleko, przyprawy ziołowe, ziemniaki, natka pietruszki; makaron- gluten, truskawki, jogurt naturalny- mleko

Podwieczorek: Pieczywo mieszane, masło, ser żółty, pomidor,50g. Kakao 200ml.

Skład: pieczywo- gluten, masło 82%- mleko, ser- mleko, pomidor, kakao, mleko

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo, masło 82%

PIĄTEK

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: Marchewka do chrupania 40g

Obiad: Zupa rosół bezmięsny z makaronem 300ml Kotlet rybno-jajeczny 80g, ziemniaki 100g, kapusta kiszona 70g. Kompot 200ml.

Skład: marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy ziołowe, makaron- gluten; mintaj- ryba, jajko, bułka tarta- gluten, ziemniaki, kapusta kiszona

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

Skład: ser- mleko, maliny, pieczywo chrupkie

II Podw: Kanapka 20g. Herbatka 200ml.

Skład: pieczywo, masło 82%