



ŚRODA 04.05.2022

		Kcal
ZUPA	<p><u>Zupa ziemniaczana</u> - marchew, pietruszka, <u>seler (alergen – seler)</u>, por - cebula, czosnek - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - ziemniaki, kapusta włoska - przyprawy: sól (sodowo-potasowa), pieprz, kminek, majeranek - zielona pietruszka, koper zielony - liść laurowy, ziele angielskie</p>	205,2 kcal / 400 ml
DRUGIE DANIE	<p><u>Kasza jagłana z koktajlem owocowym</u> - kasza jagłana - truskawki, maliny, jagody, wiśnie - kefir (alergen – mleko (glikoproteina)) - wanilia w laskach - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - <u>orzechy nerkowca (alergen – orzechy)</u> - miód pszczeli</p>	480,9 kcal/ 250g
	<p><u>Kalarepa</u> <u>Sok pomidorowy</u> <u>Woda z cytryną i miętą</u> <u>Kompot z owoców mieszanych</u> (jabłka, wiśnie, śliwki, truskawki, agrest, woda, miód naturalny, cytryna)</p>	13kcal/50g 17kcal/100g 200ml 118 kcal/200ml

WARTOŚĆ KALORYCZNA POSIŁKU: 834,1 kcal



CZWARTEK 05.05.2022

		Kcal
ZUPA	<p><u>Barszcz czerwony z jajkiem</u> - marchew, pietruszka, <u>seler (alergen – seler)</u>, por - buraki czerwone - cebula, czosnek - ziemniaki - <u>jajko (alergen – jaja)</u> - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - <u>śmietana 12% (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - przyprawy: sól (sodowo-potasowa), pieprz, cząber, rozmaryn, kminek - zielona pietruszka, koper zielony - liść laurowy, ziele angielskie</p>	162,8 kcal / 400 ml
DRUGIE DANIE	<p><u>Łazanki z mięsem, pieczarkami, kapustą kiszona</u> - szynka wieprzowa - marchew, pieczarki - cebula - przyprawy : sól (potasowo – sodowa), pieprz, kminek, rozmaryn, bazylija, zioła prowansalskie - kapusta kiszona - olej rzepakowy - natka pietruszki - <u>makaron pełnoziarnisty (alergen – gluten)</u></p>	437,2 kcal / 250g
	<p><u>Surówka z selera</u> - <u>seler (alergen – seler)</u> - jabłko - cytryna - jogurt naturalny - koper</p>	51,8kcal/140g
	<p><u>Jabłko pieczone w sosie waniliowym (mleko (alergen – glikoproteina), mąka ziemniaczana, cukier, jaja (alergen – jaja), jabłko, cynamon)</u></p> <p><u>Woda z cytryną i miętą</u></p> <p><u>Kompot z owoców mieszanych</u> (jabłka, wiśnie, śliwki, truskawki, agrest, woda, miód naturalny, cytryna)</p>	196 kcal/200g 200ml 118 kcal/200ml

WARTOŚĆ KALORYCZNA POSIŁKU 965,8kcal



PIĄTEK 06.05.2022

		Kcal
ZUPA	<p><u>Zupa ogórkowa</u> - marchew, pietruszka, <u>seler (alergen – seler)</u>, por - cebula, czosnek - ogórki kiszzone - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - <u>śmietana 12% (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - przyprawy: sól (sodowo-potasowa), pieprz, cząber, rozmaryn - zielona pietruszka, koper zielony - liść laurowy, ziele angielskie</p> <p><u>Ryż brązowy gotowany</u> - ryż brązowy - sól (potasowo- sodowa)</p>	<p>86,1 kcal / 400 ml</p> <p>100 kcal/30g</p>
DRUGIE DANIE	<p><u>Pulpet rybny</u> - filet z dorsza - <u>otręby (alergen – gluten)</u> - <u>jaja (alergen – jaja)</u> - cebula, czosnek - przyprawy: sól (sodowo – potasowa), pieprz, cząber, rozmaryn, tymianek</p> <p><u>Ziemniaki gotowane</u> - ziemniaki - sól (potasowo – sodowa) - <u>masło 83% Łaciate (alergen -śmietana (glikoproteina))</u></p> <p><u>Surówka z marchewki</u> - marchew - jabłko - <u>jogurt naturalny (alergen – mleko)</u> - pestki dyni</p>	<p>100,6 kcal / 100 g</p> <p>176,4kcal/200g</p> <p>61 kcal/120g</p>
	<p><u>Mus zbożowo- owocowy Kubuś (bez dodatku cukru) (alergen – gluten)</u> <u>Woda z cytryną i miętą</u> <u>Kompot z owoców mieszanych</u> (jabłka, wiśnie, śliwki, truskawki, agrest, woda, miód naturalny, cytryna)</p>	<p>80 kcal/100g</p> <p>200 ml</p> <p>118 kcal/200ml</p>

WARTOŚĆ KALORYCZNA POSIŁKU: 722,1 kcal