



PONIEDZIAŁEK 23.05.2022

		Kcal
ZUPA	<p><u>Zupa z soczewicy</u> -marchew, pietruszka, <u>seler (alergen – seler)</u>, por - cebula, czosnek - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - soczewica - przyprawy: sól (sodowo-potasowa), pieprz, kminek, majeranek - zielona pietruszka, koper zielony - liść laurowy, ziele angielskie</p> <p>Dodatek : <u>Makaron gotowany</u> - <u>makaron pełnoziarnisty (alergen – gluten)</u> -sól (potasowo-sodowa)</p>	<p>258,2 kcal / 400 ml</p> <p>105,3kcal/30g</p>
DRUGIE DANIE	<p><u>Ryż brązowy z koktajlem, twarogiem i otrębami</u> - ryż brązowy - truskawki, maliny, jagody, wiśnie - <u>ser biały chudy (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - <u>kefir (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - wanilia w laskach - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - otręby gryczane - miód pszczeni</p>	320,2 kcal / 250 g
	<p><u>Barszcz czerwony kiszony</u> <u>Truskawki świeże</u> <u>Kompot z owoców mieszanych</u> (jabłka, wiśnie, śliwki, truskawki, agrest, woda, miód naturalny, cytryna) <u>Woda z cytryną i miętą</u></p>	<p>18kcal/150ml 23kcal/70g 118kcal/200ml 200ml</p>
WARTOŚĆ KALORYCZNA POSIĘKU: 842,7 kcal		