



## PONIEDZIAŁEK 03.04.2023

		Kcal
ZUPA	<p><b><u>Zupa fasolowa z jajkiem</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- marchew, pietruszka, seler (alergen – seler), por</li> <li>- fasola biała</li> <li>- cebula, czosnek</li> <li>- <u>jajko na twardo (alergen – jaja)</u></li> <li>- <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u></li> <li>- przyprawy: sól (sodowo-potasowa), pieprz, cząber, rozmaryn, kminek</li> <li>- zielona pietruszka, koper zielony</li> <li>- liść laurowy, ziele angielskie</li> </ul>	171,3 kcal / 400 ml
DRUGIE DANIE	<p><b><u>Ryż zapiekany z jabłkami i malinami</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ryż brązowy</li> <li>- jabłka</li> <li>- cynamon</li> <li>- <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u></li> <li>- wanilia w laskach</li> <li>- <u>orzechy włoskie (alergen – orzechy)</u></li> <li>- miód naturalny</li> <li>- maliny</li> </ul>	454,9 kcal / 280g
	<p><b><u>Kompot z owoców mieszanych</u></b> (jabłka, wiśnie, śliwki, truskawki, agrest, woda, miód naturalny, cytryna)</p> <p><b><u>Woda z cytryną i miętą</u></b></p>	118kcal/200ml  200ml
<b>WARTOŚĆ KALORYCZNA POSIŁKU: 744,2 kcal</b>		



**WTOREK 04.04.2023**

		Kcal
ZUPA	<p><b><u>Zupa brokułowa</u></b>            - marchew, pietruszka, <u>seler (alergen – seler)</u>, por            - cebula, czosnek            - brokuł            - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u>            - <u>śmietana 12% (alergen – mleko (glikoproteina))</u>            - przyprawy: sól (sodowo-potasowa), pieprz, cząber, rozmaryn, kminek, kardamon            - zielona pietruszka, koper zielony            - liść laurowy, ziele angielskie</p> <p><b><u>Groszek ptysiowy (alergen – jaja, gluten)</u></b></p>	<p>114,2 kcal / 400 ml</p> <p>50kcal/10g</p>
DRUGIE DANIE	<p><b><u>Kotlet z mięsa mielonego drobiowego</u></b>            - filet z indyka            - <u>otręby (alergen – gluten)</u>            - cebula, czosnek            - <u>jajko (alergen – jaja)</u>            - przyprawy: sól (sodowo-potasowa), pieprz, cząber, rozmaryn, kolendra, suszone pomidory, tymianek            - zielona pietruszka            - olej rzepakowy</p> <p><b><u>Ziemniaki gotowane</u></b>            - ziemniaki            - sól (potasowo – sodowa)</p> <p><b><u>Sałatka z buraków czerwonych z chrzanem</u></b>            - buraki czerwone            - chrzan            -jabłko            - oliwa z oliwek            - zielona pietruszka            - cytryna</p>	<p>190,6 kcal / 100g</p> <p>142 kcal/200g</p> <p>160,8kcal/170g</p>
	<p><b><u>Kompot z owoców mieszanych</u></b> (jabłka, wiśnie, śliwki, truskawki, agrest, woda, miód naturalny, cytryna)  <b><u>Woda z cytryną i miętą</u></b></p>	<p>118kcal/200ml</p> <p>200ml</p>

**WARTOŚĆ KALORYCZNA POSIŁKU: 775,6 kcal**



## ŚRODA 05.04.2023

		Kcal
ZUPA	<p><b><u>Żurek z kielbasą białą</u></b>            - marchew, pietruszka, <u>seler (alergen – seler)</u>, por            - <u>żurek w butelce kiszony (alergen – gluten)</u>            - cebula, czosnek            - ziemniaki            - kielbasa biała parzona            - <u>śmietana 12% (alergen – mleko (glikoproteina))</u>            - przyprawy: sól (sodowo-potasowa), pieprz, cząber, rozmaryn, kminek            - zielona pietruszka, koper zielony            - liść laurowy, ziele angielskie</p>	138,1 kcal / 400 ml
DRUGIE DANIE	<p><b><u>Makaron z serem białym</u></b>            - makaron pełnoziarnisty (alergen – gluten)            - ser twarogowy biały (alergen – mleko)            - maliny            - wanilia w laskach            - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u>            - miód pszczeli</p>	441,5 kcal / 250g
	<p><b><u>Banan</u></b>  <b><u>Woda z cytryną i miętą</u></b>  <b><u>Kompot z owoców mieszanych</u></b> (jabłka, wiśnie, śliwki, truskawki, agrest, woda, miód naturalny, cytryna)</p>	116 kcal/120g 200ml 118 kcal/200ml
<b>WARTOŚĆ KALORYCZNA POSIŁKU: 813,6 kcal</b>		