



## PONIEDZIAŁEK 30.10.2023

		Kcal
ZUPA	<p><b><u>Zupa koperkowa</u></b>            - marchew, pietruszka, <u>seler (alergen – seler)</u>, por            - cebula, czosnek            - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u>            - <u>śmietana 12% (alergen – mleko (glikoproteina))</u>            - przyprawy: sól (sodowo-potasowa), pieprz, kminek, majeranek            - koper zielony            - liść laurowy, ziele angielskie</p> <p><b><u>Dodatek do zupy: ryż gotowany</u></b>            - ryż brązowy            - sól (potasowo- sodowa)            - olej rzepakowy</p>	<p>99,7 kcal / 400 ml</p> <p>127,5kcal/30g</p>
DRUGIE DANIE	<p><b><u>Spaghetti z mięsem wołowym i serem żółtym</u></b>            - mięso wołowe            - marchew, pietruszka, por, <u>seler, seler naciowy (alergen – seler)</u>            - cebula, czosnek            - <u>makaron pełnoziarnisty (alergen – gluten)</u>            - przyprawy: sól (sodowo – potasowa), pieprz, cząber, rozmaryn, tymianek, bazylija, zioła prowansalskie            - pomidory            - olej rzepakowy            - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u>            - <u>ser żółty (alergen – mleko (glikoproteina))</u>            - natka pietruszki</p>	454,3 kcal/ 150g
	<p><b><u>Budyń z malinami i gorzką czekoladą (mleko (alergen – glikoproteina), mąka ziemniaczana, cukier, jaja (alergen – jaja), maliny, gorzka czekolada (alergen - kakao))</u></b></p> <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>	<p>196 kcal/200g</p> <p>118kcal/200ml</p> <p>200ml</p>

**WARTOŚĆ KALORYCZNA POSIŁKU: 995,5 kcal**



## WTOREK 31.10.2023

		Kcal
ZUPA	<b><u>Zupa z fasoli przecierana</u></b> - marchew, pietruszka, <u>seler (alergen – seler)</u> , por - kapusta włoska, fasola biała - cebula, czosnek - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - przyprawy: sól (sodowo-potasowa), pieprz, cząber, rozmaryn, kminek - zielona pietruszka, koper zielony - liść laurowy, ziele angielskie <b><u>Dodatek do zupy: groszek ptysiowy (alergen – gluten)</u></b>	171,3 kcal / 400 ml          170,7 kcal /30g
	<b><u>Pierogi z serem</u></b> - <u>mąka (alergen – gluten)</u> - <u>ser biały chudy (alergen – glikoproteina)</u> - <u>jaja (alergen - jaja)</u> - sól - olej rzepakowy - cukier	359 kcal/150g
	<b><u>Orzechy laskowe (alergen – orzechy)</u></b> <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>	200 kcal/30g 118kcal/200ml  200ml
<b>WARTOŚĆ KALORYCZNA POSIŁKU: 1019 kcal</b>		