



PONIEDZIAŁEK 25.03.2024

		Kcal
ZUPA	<p><u>Zupa dyniowa</u> - marchew, pietruszka, <u>seler (alergen – seler)</u>, por - cebula, czosnek - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - dynia - przyprawy: sól (sodowo-potasowa), pieprz, kminek, majeranek - zielona pietruszka, koper zielony - liść laurowy, ziele angielskie</p>	121 kcal / 400 ml
DRUGIE DANIE	<p><u>Schab gotowany w sosie chrzanowym</u> - schab wieprzowy - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - cebula, czosnek - chrzan - olej rzepakowy - przyprawy: sól (sodowo-potasowa), pieprz, cząber, rozmaryn, kolendra, suszone pomidory, tymianek - zielona pietruszka - liść laurowy, ziele angielskie</p>	290,4 kcal / 100g
	<p><u>Ryż brązowy gotowany</u> - ryż brązowy - sól (potasowo- sodowa)</p>	261,5kcal/70g
	<p><u>Surówka z kapusty włoskiej</u> - kapusta pekińska - papryka - pieprz - zielona pietruszka - oliwa z oliwek</p>	71,2kcal/170g
	<p><u>Ciastko owsiane z żurawiną</u> <u>Kompot z owoców mieszanych</u> (jabłka, wiśnie, śliwki, truskawki, agrest, woda, miód naturalny, cytryna) <u>Woda z cytryną i miętą</u></p>	143 kcal/30g 118 kcal/200 ml 200ml

WARTOŚĆ KALORYCZNA POSIŁKU: 1005,1 kcal



WTOREK 26.03.2024

		Kcal
ZUPA	<p><u>Krupnik z kaszą jęczmienną</u> - marchew, pietruszka, seler (alergen – seler), por - kasza jęczmienna (alergen – gluten) - cebula, czosnek - masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina)) - przyprawy: sól (sodowo-potasowa), pieprz, suszone pomidory, rozmaryn, kminek - zielona pietruszka, koper zielony - liść laurowy, ziele angielskie</p>	215,1 kcal / 400 ml
DRUGIE DANIE	<p><u>Leczo warzywne z soczewicą</u> - soczewica - marchew - pieczarki - papryka - pomidory - cukinia - cebula, czosnek - olej rzepakowy - przyprawy: sól (sodowo – potasowa), pieprz, cząber, rozmaryn, tymianek</p> <p><u>Ziemniaki gotowane</u> - ziemniaki - sól (potasowo – sodowa)</p>	331,5 kcal / 200g 142 kcal/200g
	<p><u>Mandarynka</u> <u>Kiwi</u> <u>Kompot z owoców mieszanych</u> (jabłka, wiśnie, śliwki, truskawki, agrest, woda, miód naturalny, cytryna) <u>Woda z cytryną i miętą</u></p>	29 kcal/ 65g 45 kcal/75g 118 kcal/200ml 200ml
WARTOŚĆ KALORYCZNA POSIŁKU: 880,6 kcal		



ŚRODA 27.03.2024

		Kcal
ZUPA	<p><u>Żurek z białą kielbasą i jajkiem</u> - marchew, pietruszka, <u>seler (alergen – seler)</u>, por - <u>żurek w butelce kiszony (alergen – gluten)</u> - cebula, czosnek - ziemniaki - kielbasa biała parzona - śmietana 12% (alergen – mleko (glikoproteina)) - jajko (alergen – jaja) - przyprawy: sól (sodowo-potasowa), pieprz, cząber, rozmaryn, kminek</p>	147,8 kcal / 400 ml
DRUGIE DANIE	<p><u>Pierogi z truskawkami</u> - <u>mąka pszenna (alergen – gluten)</u> - <u>jaja (alergen - jaja)</u> - truskawki - sól - olej rzepakowy - cukier</p>	259 kcal/150g
	<p><u>Actimel (alergen – mleko)</u> <u>Warzywa słupki (marchew, ogórek, papryka)</u> <u>Woda z cytryną i miętą</u> <u>Kompot z owoców mieszanych</u> (jabłka, wiśnie, śliwki, truskawki, agrest, woda, miód naturalny, cytryna)</p>	71 kcal/ 100ml 60kcal/100g 200ml 118 kcal/200ml

WARTOŚĆ KALORYCZNA POSIŁKU: 655,8 kcal