



PONIEDZIAŁEK 08.04.2024

		Kcal
ZUPA	<p><u>Zupa grochowa z ziemniakami i kielbasa</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - marchew, pietruszka, <u>seler (alergen – seler)</u>, por - cebula, czosnek - kielbasa - kapusta włoska - groch łuskany - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - przyprawy: sól (sodowo-potasowa), pieprz, cząber, rozmaryn, kminek, kardamon, majeranek - zielona pietruszka, koper zielony - liść laurowy, ziele angielskie 	204 kcal / 400 ml
DRUGIE DANIE	<p><u>Kasza jaglana z musem owocowym</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - kasza jaglana - truskawki, maliny, jagody, wiśnie - <u>maślanka (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - wanilia w laskach - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - miód pszczele 	380,9 kcal/ 250g
	<p><u>Sok pomidorowy</u></p> <p><u>Chrupki kukurydziane</u></p> <p><u>Kompot z owoców mieszanych</u> (jabłka, wiśnie, śliwki, truskawki, agrest, woda, miód naturalny, cytryna)</p> <p><u>Woda z cytryną i miętą</u></p>	<p>26 kcal/150ml</p> <p>189 kcal/ 50 g</p> <p>118 kcal/200 ml</p> <p>200ml</p>
WARTOŚĆ KALORYCZNA POSIŁKU: 917,9 kcal		



WTOREK 09.04.2024

		Kcal
ZUPA	<p><u>Zupa ogórkowa z ryżem</u> - marchew, pietruszka, <u>seler (alergen – seler)</u>, por - cebula, czosnek - ogórki kiszzone - ryż biały - <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>	186,1 kcal / 400 ml
DRUGIE DANIE	<p><u>Poledwiczki wieprzowe</u> - polędwiczki wieprzowe - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - cebula, czosnek - olej rzepakowy - przyprawy: sól (sodowo-potasowa), pieprz, cząber, rozmaryn, kolendra, suszone pomidory, tymianek - zielona pietruszka - liść laurowy, ziele angielskie</p>	390,4 kcal / 100g
	<p><u>Ziemniaki gotowane</u> - ziemniaki - sól (potasowo – sodowa)</p>	142 kcal/200g
	<p><u>Surówka z białej kapusty z kukurydza</u> - kapusta biała - marchew - kukurydza - papryka - cebula czerwona - cytryna - oliwa z oliwek - zielona pietruszka, koper, bazylia, tymianek</p>	106,2kcal/150g
	<p><u>Melon</u> <u>Sok owocowy 200ml bez dodatku cukru</u> <u>Woda z cytryną i miętą</u></p>	<p>29 kcal/ 80g 90 kcal/200ml 200ml</p>
WARTOŚĆ KALORYCZNA POSIŁKU: 943,7 kcal		



ŚRODA 10.04.2024

		Kcal
ZUPA	<p><u>Zupa grysikowa</u> - marchew, pietruszka, <u>seler (alergen – seler)</u>, por - cebula, czosnek - <u>kasza manna (alergen – gluten)</u> - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - natka pietruszki - liść laurowy, ziele angielskie</p>	181,7 kcal / 400 ml
DRUGIE DANIE	<p><u>Makaron zapiekany z szynką i pieczarkami w sosie śmietanowym</u> - <u>makaron pełnoziarnisty (alergen – gluten)</u> - szynka wieprzowa - pieczarki - por, cebula - cebula, czosnek - przyprawy : sól (sodowo – potasowa), pieprz, cząber, rozmaryn, tymianek, bazylia - <u>śmietana 12% (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - natka pietruszki, koper</p> <p><u>Sałatka ze szpinaku baby z pomidorkami i słonecznikiem prażonym</u> - szpinak baby - pomidorki koktajlowe - cebula - pestki słonecznika - oliwa z oliwek - pieprz czarny</p>	<p>371,7 kcal / 250g</p> <p>130,3kcal/170g</p>
	<p><u>Chipsy jabłkowe</u> <u>Kiwi</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>64 kcal/ 18g 45 kcal/75g 200ml 118 kcal/200ml</p>

WARTOŚĆ KALORYCZNA POSIŁKU: 910,7 kcal



CZWARTEK 11.04.2024

		Kcal
ZUPA	<p><u>Zupa kalafiorowa z ziemniakami</u> - marchew, pietruszka, <u>seler (alergen – seler)</u>, por - cebula, czosnek - kalafior - ziemniaki - <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>	92,7 kcal/400ml
DRUGIE DANIE	<p><u>Ryż zapiekany z jabłkami i malinami</u> - ryż brązowy - jabłka - cynamon - <u>masło 82% tłuszczu (alergen – mleko (glikoproteina))</u> - wanilia w laskach - maliny - miód naturalny</p>	454,9 kcal / 280g
	<p><u>Serek homogenizowany waniliowy (alergen – mleko)</u> <u>Woda z cytryną i miętą</u> <u>Kompot z owoców mieszanych</u> (jabłka, wiśnie, śliwki, truskawki, agrest, woda, miód naturalny, cytryna)</p>	134 kcal/ 140g 200ml 118 kcal/200ml

WARTOŚĆ KALORYCZNA POSIŁKU 799,6 kcal



PIĄTEK 12.04.2024

		Kcal
ZUPA	<p><u>Zupa koperkowa z makaronem</u> - marchew, pietruszka, <u>seler (alergen – seler)</u>, por - cebula, czosnek - <u>makaron pełnoziarnisty (alergen – gluten)</u> - <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>	99,7 kcal / 400 ml
DRUGIE DANIE	<p><u>Ryba smażona panierowana</u> - <u>filet z morszczuka (alergen – ryba)</u> - <u>otręby (alergen – gluten)</u> - <u>jaja (alergen – jaja)</u> - przyprawy: sól (sodowo – potasowa), pieprz, cząber, rozmaryn, tymianek - cytryna - olej rzepakowy</p>	190,6 kcal / 100g
	<p><u>Ziemniaki gotowane</u> - ziemniaki - sól (potasowo – sodowa)</p>	142 kcal/200g
	<p><u>Surówka z kiszonej kapusty i marchewki</u> - kapusta kiszona - marchew - szczypiorek - cebula - olej rzepakowy - zielona pietruszka, koper</p>	72,5kcal/110g
	<p><u>Galaretka owocowa ze świeżymi owocami i bitą śmietaną (alergen – mleko)</u> <u>Woda z cytryną i miętą</u> <u>Kompot z owoców mieszanych</u> (jabłka, wiśnie, śliwki, truskawki, agrest, woda, miód naturalny, cytryna)</p>	100,5 kcal/150g 118 kcal/200ml

WARTOŚĆ KALORYCZNA POSIŁKU 723,3 kcal