PONIEDZIAŁEK 1009kcal

Śniadanie: 335kcal

ZUPA MLECZNA Z RYŻEM 200g /mleko/
BUŁKA PSZENNO-KUKURYDZIANA 30g Z MASŁEM 6g,SER ŻÓŁTY SALAMI 20g/pszenica, mleko/
MIX WARZYW 40g (pomidor, ogórek szklarniowy, papryka, sałata lodowa, kiełki)

II Śniadanie: 39kcal

JABŁKO 150g

Obiad: 492kcal

ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM 250 g/pszenica, jajo, seler/
NALEŚNIKI 40g Z SEREM 35g I SOSEM JOGURTOWO-TRUSKAWKOWYM 50g/pszenica, mleko, jajo/
WODA Z CYTRYNĄ bez ograniczeń

Podwieczorek: 143 kcal

PARÓWKA Z SZYNKI 70g /gorczyca/
CHLEB ŻYTNI RAZOWY 25g Z MASŁEM 6g /mleko/
PAPRYKA SŁUPKI 20g
HERBATA Z MELISĄ bez ograniczeń

Szczegółowych informacji dotyczących produktów można uzyskać u Pani Intendent.
Z przyczyn od nas nie zależnych menu może ulec zmianie.

WTOREK - 1009kcal

Śniadanie: 310kcal
KASZA MANNA NA MLEKU 200g/gluten, mleko/
CHLEB ŻYTNI STAROWIEJSKI 30g Z MASŁEM EKSTRA 6g/pszenica, mleko/
INDYK Z BOBROWNIK 20g
MIX WARZYW 30g/pomidor, papryka, ogórek szklarniowy, kiełki, sałata, rukola /

II Śniadanie: 71kcal
BANAN 100-150g

OBIAD: 503 kcal
ZUPA KREM Z PIECZONEJ PAPRYKI I DYNI 250 g
Z GRZANKAMI Z PIECZYWA RAZOWEGO 10g /seler, pszenica, mleko/
KOTLET DROBIOWY JEŻYKI 100g / jaja, pszenica/
ZIEMNIAKI PIECZONE 110-150g
SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ 150g
KOMPOT Z WIŚNI Z MAŁĄ ZAWARTOŚCIĄ CUKRU 150g

PODWIECZOREK: 125kcal
JOGURT STRACIATELLA 120g /mleko, kakao/
DROŻDŻÓWKA WŁASNEGO WYPIEKU 25g/ mleko, pszenica, jaja /
KIWI 50 g

ŚRODA - 1015kcal

Śniadanie: 347kcal

PŁATKI KUKURYDZIANE BEZ CUKRU NA NAPOJU OWSIANYM 200g
BUŁKA Z ŻYTEM 35 g/ pszenica, soja/
PASTA Z BIAŁEJ FASOLI 10g, KRUCHA POLĘDWICA 10g
MIX WARZYW/ pomidor , papryka, ogórek szklarniowy, kiełki ,sałata rzymska, szpinak /

II Śniadanie: 47kcal

ANANAS 100-150g

OBIAD : 432kcal

ZABIELANA ZUPA OGÓRKOWA Z DUŻĄ ILOŚCIĄ WARZYW 200g/seler, mleko/
WEGAŃSKI GULASZ CARRY Z CIECIERZYCĄ I WARZYWAMI 100g
RYŻ BRĄZOWY 40g
WODA Z CYTRYNĄ bez ograniczeń

PODWIECZOREK: 189kcal

CZEKOLADA 120 ml
WODA z plasterkiem ogórka bez ograniczeń
FOCACCIA ZIOŁOWA 50g / pszenica/
MARCHEW SŁUPKI DO CHRUPANIA 20g

CZWARTEK 956 kcal

Śniadanie: 308kcal
ZUPA MLECZNA Z KASZĄ KUSKUS PERŁOWĄ 200g/pszenica, mleko/
BUŁKA SZPINAKOWA 35g/BUŁKA PSZENNA 35g/ pszenica/
MASŁO EKSTRA 6g/ RAMA 6g/mleko/
POLĘDWICA LUKSUSOWA 20g/ gorczyca/
MIX WARZYW/ RZODKIEWKA, OGÓREK, POMIDOR, PAPRYKA,SAŁATA RZYMSKA,KIEŁKI/

II Śniadanie: 37kcal
ANANAS 100g
Obiad: 432kcal
KRUPNIK Z KASZĄ JĘCZMIENNĄ 250ml/pszenica, seler/
PIECZEŃ Z INDYKA 60g Z CZOSNKIEM I ZIOŁAMI
ZIEMNIAKI 100g
SURÓWKA WIELOWARZYWNA 100g

PODWIECZOREK: 179kcal
PLACEK Z KRUSZONKĄ 30g / pszenica/
MLEKO 3,2% / mleko/
JABŁKO

PIĄTEK 1018kcal

Śniadanie: 350kcal

OWSIANKA NA MLEKU 200ml
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI ZE SŁONECZNIKIEM 35g/ PYTLOWY/pszenica/
MASŁO EKSTRA 6g/mleko/
PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM 10g /jaja/
POLĘDWICA KRUCHA LUKSUSOWA 10g /gorczyca/
MIX WARZYW/ pomidor, papryka, sałata, rzodkiewka, kiełki, rukola /

II ŚNIADANIE: 40 kcal

PATERA OWOCÓW SEZONOWYCH 100g

Obiad: 345 kcal

ZABIELANY BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI 250ml/mleko, seler/
FILET Z MIRUNY PANIEROWANY W PANKO 80g /jajo, pszenica,ryba/
KASZA BULGUR 100g/pszenica/
OGÓREK KISZONY 80g
EKOLOGICZNY SOK JABŁKOWY 150ml

Podwieczorek: 283 kcal

GOFRY TRADYCYJNE 60g /pszenica, mleko, jajo /
MUS BORÓWKOWY 10ml
HERBATA 120 ML