

07.10.24 - 11.10.24

Dzień tygodnia	Śniadanie	Obiad	Deser
Poniedziałek	Zupa kasza manna 250ml(3,7) Chleb pszenno-żytni i żytni 30 g(1) Masło 8 g(7) Połędwica 10g (1,6,9) Dżem truskawkowy 5g 229 kcal Herbata owocowa 100ml	Zupa Krupnik 250ml (1,9) Pulpet z fileta drobiowego 80g w sosie(1,3), ziemniaki 140g, surówka Colesław 80g Kompot owocowy 200ml 702 kcal	Owoc 100g 65 kcal
Wtorek	Pieczywo pszenno-żytnie i razowe 30g(1) Żółty ser 10g(7) Wędlina drobiowa 10g Pomidor koktajlowy 10g Masło 8 g(7) Owoc 40g 255 kcal Kawa inka 200ml	Zupa ogórkowa 250ml(1,3,7,9) Makaron 140g Z kurczakiem, brokułami i marchewką 100g Kompot owocowy 200ml 697 kcal	Jogurt z owocami 100g(7) 115 kcal
Środa	Chlebka własnego wypieku 40 g(7) Masło 8 g(7) Serek z rzodkiewką i szczypiorkiem 35g Owoc 50g Herbata z cytryną 200 ml 239 kcal	Zupa rosół z makaronem 250ml (1,9) Kluski leniwe z bułką tartą, cynamonem na maśle (1,3) Surówka z marchewki z ananase 40g Kompot owocowy 200ml 699 kcal	Jogurt z owocami 100g(7) 115 kcal
Czwartek	Chleb pszenno-żytni i żytni 40 g(1) Masło 8 g(7) Pasta z połędwicy drobiowej, ogórkiem kiszonym i szczypiorkiem 35g Owoc 40g Kakao 200 ml(7) 251 kcal	Zupa trio warzywne z kurkumą 250ml (7,9) Ziemniaki 140g Ryba z pieca 80g, surówka z kiszonej kapusty z papryką i czerwoną cebulą 70g 703 kcal Kompot owocowy 200ml	Bułka maślana 40g Kisiel do picia 130ml 122 kcal
Piątek	Chleb pszenno-żytni i razowy 40 g(1) Masło 8g(7) Parówka z szynki 1szt Ketchup 10 g(9) Owoc 40g 241 kcal Herbata malinowa 200 ml	Zupa grochowa z majerankiem 250ml(9) Ryż 120g Gulasz z kurczaka 140g (1) surówka z kiszzonego ogórka z marchewką 70g 701 kcal Kompot owocowy 200ml 703 kcal	Jogurt z owocami 120g (7) 118 kcal

Alergeny: 1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne; 2. Skorupiaki i produkty pochodne; 3. Jaja i produkty pochodne; 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne; 6. Soja i produkty : 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą); 8. Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje, orzechy makadamia a także produkty pochodne; 9. Seler i produkty pochodne; 10. Gorczyca i produkty pochodne; 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr; 13. Łubin i produkty pochodne; 14. Mięczaki i produkty pochodne.

Oleje: do smażenia i sałatek używany jest olej rzepakowy rafinowany o zawartości kwasów jednonienasyconych powyżej 50%, zawartość kwasów wielonasyconych poniżej 40%

Przyprawy: sól, pieprz, pieprz ziołowy, papryka słodka, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, kurkuma, curry, imbir, oregano, bazylia