21.02.2022 (poniedziałek)

Śniadanie (561kcal)

Papryka czerwona (7kcal)	1/8 sztuki (20g)
Ser gouda (80kcal)	3/4 sztuki (25g)
Chleb graham (122kcal)	1 i 2/3 kromki (50g)
HERBATA (6kcal)	150ml
Płatki owsiane z mlekiem (346 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,*

Obiad (392kcal)

ŁAZANKI Z KAPUSIĄ I MIĘSEM (151kcal)	100g
BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (106 kcal)	1 porcja
KOMPOT 150G (35 kcal)	1 porcja
OWOC (100kcal)	100g

ALERGENY 1,3,7,9,*

Podwieczorek (179kcal)

HERBATA (6kcal)	150ml
Budyń na mleku (141kcal)	140ml
SOS OWOCOWY (31kcal)	50ml
WAFITKI 10G (1kcal)	20g

ALERGENY 1,7,*

22.02.2022 (wtorek)

Śniadanie (214kcal)

Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
HERBATA (6kcal)	150ml
Chleb wielkopolski (52kcal)	1/2 kromki (20g)
Pasta twarożek z rzodkiewką (81 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,*

Obiad (769kcal)

GROSZEK Z MARCHEWKĄ (27kcal)	80g
KOMPOT 150G (35 kcal)	1 porcja
ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 150G (169 kcal)	1 porcja
Kotlety z indyka (265 kcal)	1 porcja
Zupa ogórkowa (273 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (182kcal)

Herbatniki be be Jutrzenka (42kcal)	2 sztuki (10g)
MLEKO Z OWOCAMI SEZONOWYMI 150G (140kcal)	150ml

ALERGENY 1,3,7,9,*

23.02.2022 (środa)

Śniadanie (267kcal)

Szynka wiejska (51kcal)	1 i 1/3 plastra (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb zwykły (131kcal)	50g
HERBATA (6kcal)	150ml
Pomidor (4kcal)	1/8 sztuki (20g)

ALERGENY 1,3,7,9*

Obiad (612kcal)

ZUPA GROCHOWA (153kcal)	250ml
Naleśniki z serem i jabłkami (424 kcal)	1 porcja
KOMPOT 150G (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (214kcal)

DROŻDŻÓWKA (162kcal)	50g
OWOC (50kcal)	50g
Herbata malinowa (2kcal)	2/3 szklanki (150ml)

ALERGENY 1,3,7,9*

24.02.2022 (czwartek)

Śniadanie (291kcal)

Ogórek kiszony (2kcal)	1/3 sztuki (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb wiejski (128kcal)	50g
Pasztet pieczony (80kcal)	20g
HERBATA (6kcal)	150ml

ALERGENY 1,3,7,9*

Obiad (541kcal)

ROSÓŁ Z MAKARONEM (370kcal)	250ml
POTRAWKA Z KURCZAKA (90kcal)	80ml
KOMPOT 150G (35 kcal)	1 porcja
SAŁATA LODOWA Z MARCHEWKĄ I SOSEM WINEGRET (46kcal)	80g

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (208kcal)

PODPŁOMYK (34kcal)	9ml
KISIEL Z OWOCAMI (174 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,*

25.02.2022 (piątek)

Śniadanie (285kcal)

Chleb żytni staropolski (120kcal)	1 i 1/4 kromki (50g)

Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (84kcal)	20g
HERBATA (6kcal)	150ml

ALERGENY 1,3,7,*

Obiad (507kcal)

SNYCELKI RYBNE (0kcal)	80g
SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY (56 kcal)	1 porcja
KOMPOT 150G (35 kcal)	1 porcja
ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 150G (169 kcal)	1 porcja
Zupa brokułowa (247 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,*

Podwieczorek (94kcal)

HERBATA (6kcal)	150ml
SUROWE WARZYWA DO CHRUPANIA (88kcal)	90ml

ALERGENY 1,*

28.02.2022 (poniedziałek)

Śniadanie (228kcal)

Sałata liść (2kcal)	10g
Szynka z indyka (17kcal)	1 i 1/3 plastra (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb wiejski (128kcal)	50g
HERBATA (6kcal)	150ml

ALERGENY 1,7,9*

Obiad (320kcal)

KOMPOT 150G (35 kcal)	1 porcja
SPAGHETTI W SOSIE BOLOŃSKIM Z MIĘSEM (120kcal)	80g
ZUPA POROWA Z ZIEMNIAKAMI (65 kcal)	1 porcja

OWOC (100kcal)	100g

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (214kcal)

Bagietki francuskie (57kcal)	1/7 sztuki (20g)
Ser edamski (71kcal)	1 plaster (20g)
Papryka czerwona (5kcal)	1/8 sztuki (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Herbata cytrynowa, Lemon - Lipton (6kcal)	2/3 szklanki (150ml)

ALERGENY 1,3,7,*

01.03.2022 (wtorek)

Śniadanie (396kcal)

Pomidor koktajlowy (3kcal)	1 sztuka (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb zwykły (131kcal)	50g
KAKAO 150ML (116kcal)	150ml
Ser edamski (71kcal)	1 plaster (20g)

ALERGENY 1,3,7,*

Obiad (600kcal)

SURÓWKA Z SELERA, OGÓKA I KUKURYDZY Z JOGURTEM (72 kcal)	1 porcja
KOMPOT 150G (35 kcal)	1 porcja
ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 150G (169 kcal)	1 porcja
KOTLET SCHABOWY W PANIERCE (164 kcal)	1 porcja
Zupa pieczarkowa (160 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (117kcal)

PALUCH KUKURYDZIANY (4kcal)	10g
Bakuś puszysty serek o smaku, waniliowym - Bakoma (111kcal)	10 łyżek (100g)

Herbata malinowa (2kcal)	2/3 szklanki (150ml)

ALERGENY 1,7,9*

02.03.2022 (środa)

Śniadanie (626kcal)

Kolorowa pasta (199 kcal)	1 porcja
Chleb żytni (344 kcal)	1 porcja
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Kawa zbożowa, o smaku wanilii - Anatol (8kcal)	3/4 szklanki (200ml)

ALERGENY 1,3,7,9*

Obiad (644kcal)

ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI (158kcal)	250ml
KOMPOT 150G (35 kcal)	1 porcja
BURACZKI NA CIEPŁO (111 kcal)	1 porcja
Gulasz z kurczaka z pomidorami (258 kcal)	1 porcja
KLUSKI ŚLĄSKIE (82 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,*

Podwieczorek (187kcal)

Wafle ryżowe naturalne Sonko (75kcal)	20g
Koktajl bananowo-gruszkowy (112 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,*

03.03.2022 (czwartek)

Śniadanie (379kcal)

Kiełbaski bawarskie (253kcal)	1 sztuka (100g)
Ogórek (3kcal)	1/8 sztuki (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb graham (46kcal)	2/3 kromki (20g)

Herbata ziołowa, rumianek (2kcal)	2/3 szklanki (150ml)

ALERGENY 1,3,7,*

Obiad (328kcal)

RISOTTO Z MIĘSEM I WARZYWAMI (225 kcal)	1 porcja
ZUPA Z FASOLKI SZPARAGOWEJ (25 kcal)	1 porcja
KOMPOT 150G (35 kcal)	1 porcja
Sos pomidorowy (43 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (219kcal)

Galaretka z owocami (160 kcal)	1 porcja
Bita śmietana (26 kcal)	1 porcja
CIASTKA BISZKOPTOWE (30kcal)	10g
Herbata miętowa - Lipton (3kcal)	2/3 szklanki (150ml)

ALERGENY 1,3,7,*

04.03.2022 (piątek)

Śniadanie (421kcal)

Chleb żytni staropolski (120kcal)	1 i 1/4 kromki (50g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (84kcal)	20g
HERBATA (6kcal)	150ml
ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI (136 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

Obiad (336kcal)

ŻUREK Z ZIEMNIAKAMI + 1/2 JAJKA (134 kcal)	1 porcja
Makaron razowy z truskawkami i pestkami słonecznika (167 kcal)	1 porcja
KOMPOT 150G (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (118kcal)

Herbata ziołowa, parzona (2kcal)	2/3 szklanki (150ml)
Ciasto drożdżowe (116kcal)	1 plaster (40g)

ALERGENY 1,3,7,*