19.06.2023 (poniedziałek)

Śniadanie (318kcal)

Chleb zwykły (39kcal)	1/3 kromki (15g)
Dżem wiśniowy niskosłodzony (31kcal)	1 i 1/3 łyżeczki (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Owsianka (173 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,*

Obiad (521kcal)

Zupa ziemniaczana z pomidorami (112 kcal)	1 porcja
Łazanki z kapustą i mięsem (268 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja
Mus z jabłek i bananów (106kcal)	1 sztuka (100g)

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (142kcal)

Kanapki z ogórkowym twarożkiem (140 kcal)	1 porcja
Herbata malinowa (2kcal)	1 szklanka (150ml)

ALERGENY 1,7,*

20.06.2023 (wtorek)

Śniadanie (266kcal)

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

ALERGENY 1,7,10*

Obiad (477kcal)

Zupa koperkowa (65 kcal)	1 porcja
Rumsztyk z zieloną pietruszką (270 kcal)	1 porcja
Młode ziemniaki z koperkiem i masłem (68 kcal)	1 porcja
Marchew z groszkiem (39 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (211kcal)

Herbatniki be be Jutrzenka (42kcal)	2 sztuki (10g)
JABŁKA PIECZONE ZE SŁODKĄ NIESPODZIANKĄ (169 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,*

21.06.2023 (środa)

Śniadanie (400kcal)

Papryka czerwona (7kcal)	1/8 sztuki (20g)
Ser gouda (80kcal)	1 i 1/4 sztuki (25g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb graham (122kcal)	1 i 2/3 kromki (50g)
KAKAO 150ML (116kcal)	150ml

ALERGENY 1,7,*

Obiad (453kcal)

Zupa meksykańska (156 kcal)	1 porcja
Naleśniki z serem i jabłkiem (112 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja
Baton Crunchy, orzechowo-migdałowy - Sante (150kcal)	1 sztuka (35g)

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (166kcal)

Ciasto marchewkowe (133 kcal)	1 porcja
Kawa, napar z cukrem (33kcal)	1 szklanka (150ml)

ALERGENY 1,7,*

22.06.2023 (czwartek)

Śniadanie (418kcal)

Herbata owocowo-ziołowa "jabłko z gruszką" Herbapol (167kcal)	1 szklanka (150ml)
Ogórek kiszony (2kcal)	1/3 sztuki (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb zwykły (131kcal)	50g
Pasztet z kurczaka pieczony (43kcal)	20g

ALERGENY 1,3,7,*

Obiad (442kcal)

Rosół z makaronem (73 kcal)	1 porcja
Potrawka z kurczaka (191 kcal)	1 porcja
Młode ziemniaki z koperkiem i masłem (68 kcal)	1 porcja
Fasolka szparagowa (41 kcal)	1 porcja
Sok marchwiowo-brzoskwiniowy (69kcal)	1 szklanka (150ml)

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (130kcal)

WAFELEK PODPŁOMYK 9G (35kcal)	9g
KISIEL Z OWOCAMI (95kcal)	150ml

ALERGENY 1,7,*

23.06.2023 (piątek)

Śniadanie (249kcal)

Kawa zbożowa anatol o smaku wanilii Rieber Foods (6kcal)	150g

Chleb zwykły (131kcal)	50g
Pasta rybna ze szczypiorkiem i pietruszką (37 kcal)	1 porcja
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)

ALERGENY 1,7,4*

Obiad (584kcal)

Barszcz ukraiński (170 kcal)	1 porcja
Makaron pełnoziarnisty z białym serem , masłem i miodem (279 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja
OWOC (100kcal)	100g

ALERGENY 1,7,9*

Podwieczorek (172kcal)

Chrupki kukurydziane (19kcal)	1 garść (5g)
Pancake (103kcal)	50g
OWOC (50kcal)	50g

ALERGENY 1,7,*

26.06.2023 (poniedziałek)

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,*

Obiad (393kcal)

Zupa ogórkowa (41kcal)	1/4 porcji (100ml)
Pełnoziarniste spaghetti bolognese (300 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

Mus z marchwi (17kcal)	1 porcja (80g)

Alergeny; 1,3,7,9,*

Podwieczorek (233kcal)

Kawa zbożowa anatol o smaku wanilii Rieber Foods (6kcal)	150g
Placek z kruszonką (227kcal)	60g

ALERGENY 1,3,7,*

27.06.2023 (wtorek)

Śniadanie (301kcal)

Chleb wiejski (51kcal)	1/2 kromki (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
HERBATA (6kcal)	150ml
Pasta warzywna (167 kcal)	1 porcja
Herbata malinowa (2kcal)	1 szklanka (150ml)

ALERGENY 1,7,*

Obiad (562kcal)

Krupnik z kaszą pęczak (243 kcal)	1 porcja
Gulasz drobiowy z leczo w sosie słodko - kwaśnym (156 kcal)	1 porcja
Makaron warzywny, gotowany (128kcal)	1 porcja (100g)
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (176kcal)

Wafle ryżowe naturalne Sonko (75kcal)	20g
Surówka z owoców i warzyw (101kcal)	3/4 porcji (60g)

ALERGENY 1,7,9*

28.06.2023 (środa)

Śniadanie (379kcal)

Kiełbaski bawarskie (253kcal)	2 sztuki (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)	3/4 szklanki (150ml)

ALERGENY 1,3,7,*

Obiad (365kcal)

Zupa pomidorowa (19 kcal)	1 porcja
Młode ziemniaki z koperkiem i masłem (68 kcal)	1 porcja
Paluszki rybne z piekarnika (161 kcal)	1 porcja
Surówka z młodej kapusty i papryki z jogurtem naturalnym (85 kcal)	1 porcja
Kompot (32 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (265kcal)

Kawa zbożowa, klasyczna - Anatol (6kcal)	1 szklanka (150ml)
DROŻDŻÓWKA (259kcal)	80g

ALERGENY 1,3,7,*

29.06.2023 (czwartek)

Śniadanie (366kcal)

Chleb żytni (129kcal)	1 kromka (50g)
Pomidor (4kcal)	1/8 sztuki (20g)
Szynka z indyka (17kcal)	1 i 1/3 plastra (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
HERBATA (6kcal)	150ml
ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI (135 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,10*

Obiad (394kcal)

Zupa kalafiorowa z parmezanem (177 kcal)	1 porcja
Młode ziemniaki z koperkiem i masłem (68 kcal)	1 porcja
Kotlety z indyka (106 kcal)	1 porcja
Mizeria z szczypiorkiem i jogurtem naturalnym (11 kcal)	1 porcja
Kompot (32 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (217kcal)

GALARETKA OWOCOWA Z JOGURTEM 140ML (211kcal)	140ml
HERBATA (6kcal)	150ml

ALERGENY 1,7,*

30.06.2023 (piątek)

Śniadanie (314kcal)

Pomidor koktajlowy (3kcal)	1 sztuka (20g)
Ser cheddar (79kcal)	20g
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb graham (122kcal)	1 i 2/3 kromki (50g)
HERBATA Z MLEKIEM (35kcal)	150ml

ALERGENY 1,7,*

Obiad (476kcal)

Żurek z ziemniakami (128 kcal)	1 porcja
Kluski leniwe z masłem i cukrem trzcinowym (213 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja
OWOC (100kcal)	100g

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (232kcal)

Herbata malinowa (2kcal)	1 szklanka (150ml)
Kanapka z szynką i papryką (230 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,*