

 **06.05.2024** (poniedziałek)▶ **Śniadanie (366kcal)**

Papryka czerwona (7kcal)	1/8 sztuki (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb graham (122kcal)	1 i 2/3 kromki (50g)
Zupa mleczna z grysiem (135 kcal)	1 porcja
Herbata owocowo-zielona (2kcal)	1 szklanka (150ml)
Szynka wiejska (25kcal)	1 porcja (20g)

ALERGENY 1,7,\*

▶ **Obiad (439kcal)**

Zupa koperkowa (173 kcal)	1 porcja
Gulasz drobiowy (156 kcal)	1 porcja
Kasza jęczmienna (17 kcal)	1 porcja
Surówka z ogórka kiszzonego i kukurydzy z sosem winegret (58 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9\*

▶ **Podwieczorek (141kcal)**

Herbata malinowa (2kcal)	1 szklanka (150ml)
Ciastka owsiane (108kcal)	2 sztuki (24g)
Jabłko, surowe (31kcal)	1/3 sztuki (60g)

ALERGENY 1,7,\*

 **07.05.2024** (wtorek)▶ **Śniadanie (398kcal)**

Herbata owocowo-zielona "jabłko z gruszką" Herbapol (167kcal)	1 szklanka (150ml)
---	--------------------

Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb zwykły (104kcal)	40g
Serek ze szczypiorkiem i cebulą - Almette (52kcal)	2 porcje (20g)

ALERGENY 1,3,7,9,\*

**► Obiad (490kcal)**

Barszcz ukraiński (170 kcal)	1 porcja
Łazanki z kapustą i mięsem (268 kcal)	1 porcja
Mus z marchwi (17kcal)	1 porcja (80g)
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9\*

**► Podwieczorek (169kcal)**

Chrupki kukurydziane (19kcal)	1 garść (5g)
Budyń z owocami (150 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,\*

**08.05.2024 (środa)****► Śniadanie (214kcal)**

Chleb zwykły (89kcal)	1 kromka (35g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Herbata czarna, napar z cukrem (30kcal)	3/4 porcji (150ml)
Szynka z indyka (17kcal)	1 i 1/3 plastra (20g)
Mix sałat (3kcal)	1/4 porcji (20g)

ALERGENY 1,7,9\*

**► Obiad (605kcal)**

Zupa kalafiorowa z parmezanem (291 kcal)	1 porcja
Surówka wielowarzywna (68 kcal)	1 porcja
Pierogi z mięsem (211 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9\*

**► Podwieczorek (181kcal)**

Mandarynki (29kcal)	1 sztuka (65g)
Herbata ziołowa, parzona (2kcal)	1 szklanka (150ml)
Pancakes - naleśniczki amerykańskie (150 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,\*

**09.05.2024** (czwartek)**► Śniadanie (294kcal)**

Chleb wiejski (51kcal)	1/2 porcji (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
HERBATA (6kcal)	150ml
Herbata malinowa (2kcal)	1 szklanka (150ml)
Zupa mleczna z grysiem (135 kcal)	1 porcja
Pasztet drobiowy (wyrób własny) (25 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9\*

**► Obiad (538kcal)**

Zupa pomidorowa z makaronem (83kcal)	3/4 porcji (250ml)
Ziemniaki z koperkiem i masłem (68 kcal)	1 porcja
Mini marcheweczki z masełkiem (102 kcal)	1 porcja
Kotlet drobiowy mielony (223 kcal)	1 porcja

Sok jabłkowy (62kcal)

1 szklanka (150ml)

Alergeny 1,3,7,9,\*

**► Podwieczorek (158kcal)**

Wafle ryżowe naturalne Sonko (75kcal)

20g

Galaretką z brzoskwinia (83 kcal)

1 porcja

ALERGENY 1,7,9\*

**10.05.2024** (piątek)**► Śniadanie (249kcal)**

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

150g

Chleb zwykły (131kcal)

50g

Masło ekstra (75kcal)

2/3 porcji (10g)

Pasta rybna ze szczypiorkiem i pietruszką (37 kcal)

1 porcja

ALERGENY 1,7,4,9\*

**► Obiad (634kcal)**

Żurek z ziemniakami (156 kcal)

1 porcja

Makaron pełnoziarnisty z białym serem i cynamonem (327 kcal)

1 porcja

Kompot (35 kcal)

1 porcja

Banan (116kcal)

1 sztuka (120g)

ALERGENY 1,7,9\*

**► Podwieczorek (173kcal)**

Kawa, napar z cukrem (33kcal)

1 szklanka (150ml)

DROŻDŻÓWKA „ CYNAMONKA” (123kcal)

50g

Marcheweczki do chrupania (17 kcal)

1 porcja

ALERGENY 1,7,\*

**13.05.2024** (poniedziałek)**▶ Śniadanie (344kcal)**

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 (113 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,10\*

**▶ Obiad (475kcal)**

Zupa porowa z ziemniakami (91 kcal)	1 porcja
Pełnoziarniste spaghetti bolognese (324 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja
Jabłko (25kcal)	1 sztuka (50g)

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,\*

**14.05.2024** (wtorek)**▶ 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
Kawa zbożowa, klasyczna - Anatol (6kcal)	1 szklanka (150ml)

ALERGENY 1,3,7,\*

**► Obiad (485kcal)**

Bulion wołowy z zacierkami (226 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem (68 kcal)	1 porcja
Mizeria z szczypiorkiem i jogurtem naturalnym (33 kcal)	1 porcja
Potrąwka z gotowanej wołowiny (123 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9\*

**► Podwieczorek (124kcal)**

Herbata malinowa (2kcal)	1 szklanka (150ml)
Kisiel owocowy (122 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,\*

**15.05.2024 (środa)****► Śniadanie (154kcal)**

Ogórek (3kcal)	1/8 sztuki (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb graham (46kcal)	2/3 kromki (20g)
Herbata ziołowa, rumianek (2kcal)	1 szklanka (150ml)
Szynka wędzona, chuda (28kcal)	1 porcja (20g)

ALERGENY 1,3,7,\*

**► Obiad (754kcal)**

Zupa grochowa (348 kcal)	1 porcja
Naleśniki z serem i jabłkiem (286 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja
Chipsy warzywne (85kcal)	1 opakowanie (18g)

ALERGENY 1,3,7,9\*

**► Podwieczorek (139kcal)**

Kawa zbożowa anatol o smaku wanilii Rieber Foods (6kcal)	150g
Ciasto marchewkowe (133 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,\*

**16.05.2024** (czwartek)**► Śniadanie (200kcal)**

Ogórek (3kcal)	1/8 sztuki (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
HERBATA (6kcal)	150ml
Chleb wiejski (99kcal)	1 porcja (40g)
Szynka z indyka (17kcal)	1 i 1/3 plastra (20g)

ALERGENY 1,7,10\*

**► Obiad (539kcal)**

Zupa z zielonego groszku (77 kcal)	1 porcja
Surówka z czerwonej kapusty (81 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem (68 kcal)	1 porcja
Kotlet drobiowy w panierce (278 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9\*

**► Podwieczorek (192kcal)**

Herbata czarna, napar z cukrem (30kcal) 3/4 porcji (150ml)

Kanapki klasyczne z serem żółtym i pomidorkami koktajlowymi (162 kcal) 1 porcja

ALERGENY 1,7,\*

**17.05.2024** (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 (467kcal)**

Zupa jarzynowa z lanym ciastem (67 kcal) 1 porcja

Ziemniaki z koperkiem i masłem (68 kcal) 1 porcja

Paluszki rybne z piekarnika (199 kcal) 1 porcja

Surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem (98 kcal) 1 porcja

Kompot (35 kcal) 1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9\*

**► Podwieczorek (238kcal)**

Kakao na mleku (139 kcal) 1 porcja

Jabłko (15kcal) 2/3 sztuki (30g)





Bułeczki cynamonki (84 kcal)

1 porcja

ALERGENY 1,3,7,\*