

DATA	OBIAD	Alergeny i kalorie
PONIEDZIAŁEK 26.05.2025	Zupa Kartoflanka 250ml Składniki :Zupa :woda 42 %, ziemniaki 40 %, żeberka 5%, Włoszczyzna 10% śmietana (z mleka) krowiego12% tłuszczu 2%, ,pietruszką liście, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny mielony	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 470kcal
WTOREK 27.05.2025	Gołąbki w sosie pomidorowym, 120g, ziemniaki 150g, surówka szwedzka 80g II danie: Gołąbki: kapusta 49%, łopatka wieprzowa 40 %, koncentrat pomidorowy 6%, ryż 3%, mąka pszenna 2%, przyprawy ziemniaki 100%,ogórek kiszony 93%, cebula4%, zioła prowansalskie2%, olej1%	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 695kcal
ŚRODA 28.05.2025	Naleśniki z dżemem 300g II danie: Mąka pszenna30%, mleko krowie 24%, jogurt naturalny (z mleka krowiego) 16%, dżem owocowy 15%,woda 4%, olej4%, jaja kurze 3%,przyprawy	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 705kcal
CZWARTEK 29.05.2025	Kurczak z rożna(120g) , ziemniaki (150g), surówka z marchewki(80g) II danie : Ćwiartki z kurczaka100g 95%, mąka pszenna 4%,papryka słodka, przyprawy ziemniaki 100%, seler 62,5%,brzoskwinia31%, śmietana2,5%, przyprawy	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 740kcal
PIĄTEK 30.05.2025	Paluszki Rybne,80g ziemniaki150g, surówka z kiszonej kapusty 80gSkładniki : II danie: Dorsz, jajko, bułka tarta, przyprawy, ziemniaki, Surówka: Kapusta kiszona 75%, marchew 20%, cebula 3%, olej rzepakowy, przyprawy	Seler, mleko jaja, gluten, ryba Razem: 680kcal

Zupa-250 -300ml, Napoje -200ml, Skrobia, Kasze-120-150gr, Mięso/Ryby od 80g do 100g, surówka- 80-100g Dania Mączne 150-200g

DATA	OBIAD	Alergeny i kalorie
PONIEDZIAŁEK 02.06.2025	Zapiekanka makaronowa z kielbaską i serem (230g) Składniki : makaron penne rigatte 46% [mąka pszenna], kielbaska24%, pomidory15%, ser żółty 10% cebula 4% [z mleka], przyprawy	Seler, mleko jaja, gluten Razem:605 kcal
WTOREK 03.06.2025	Gulasz wieprzowy 120g, kasza gryczana 150g, buraki 80g Składniki : mięso wieprzowe 90%, mąka 6% przyprawy , kasza gryczana100%, buraki90%, olej5%, przyprawy	Seler, mleko jaja, gluten Razem:760kcal
ŚRODA 04.06.2025	Zupa Ogórkowa(250ml) Składniki : woda 37 %, ziemniaki 30 %, ogórek kwaszony 12%, mięso z kurczaka bez skóry 6%, Marchew 6%, Por 2%, Seler korzeniowy 2%, pietruszka korzeń 2%, śmietana (z mleka) 12% tłuszczu 2%, koper ogrodowy, pietruszka liście, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny mielony	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 430kcal
CZWARTEK 05.06.2025	Klopsiki w sosie pomidorowym (100g), ziemniaki (150g), ogórek 50g Składniki : Mięso mielone 80%, jajko kurze 7% , cebula 5%, bulka tarta 3% ,pieprz, przecier pomidorowy, ,koper, mąka ziemniaki 100%, ogórek kiszony 100%	Seler, mleko jaja, gluten Razem: 755 kcal
PIĄTEK 06.06.2025	Filet Rybny (80g) ziemniaki (150g) surówka (80g) Składniki : Dorsz, jajko, bulka tarta , przyprawy, ziemniaki, Surówka: Kapusta 70%. Marchewka 20% jabłko 9% przyprawy	Seler, mleko jaja, gluten, Ryba Razem:735 kcal