

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	Alergeny i kalorie
PONIEDZIAŁEK 21.07.2025	Bułka z masłem roślinnymi wędlinką, serem żółtym , pomidor kakao	Zupa Koperkowa z ziemniakami (250ml) Chilli con carne z ryżem (230g) Składniki :woda 39 %, ziemniaki 30 %,koper 10 %, mięso z kurczaka bez skóry 6%, Marchew 6%, Por 2%, Seler korzeniowy 2%, pietruszka korzeń 2%, śmietana (z mleka) 12% tłuszczu 2%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny mielony. II danie: Mięso mielone 42%, papryka17%, włoszczyzna10%, czerwona fasola10%, kukurydza10%, koncentrat pomidorowy 10%, przyprawy, ryż100%	Kisiel z jagodami z sosem waniliowo- jogurtowym 180g	Razem: 1104kcal
WTOREK 22.07.2025	Bułka z masłem , Płatki czekoladowe na mleku , kalarepka do chrupania	Zupa Krem z pomidorów 250ml Kotlet mielony, 120g, ziemniaki 150g, surówka z buraków 80g Składniki :Zupa : woda 30 %, ziemniaki 30 %, pomidory z puszki 22 %, mięso z kurczaka bez skóry 10%, Por 2%, Seler korzeniowy 2%, pietruszka korzeń 2%, koper ogrodowy, pietruszka liście, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny mielony II danie : łopatka wieprzowa 70%, bułka tarta (mąka pszenna) 16%, jajko kurze 7%, cebula 7%, olej rzepakowy, przyprawy ziemniaki 100%, surówka: buraki 90%, olej 5%, przyprawy	Kanapka mleczna 80g	Razem: 1074kcal
ŚRODA 23.07.2025	Chleb z masłem 50g z kiełbaską żywiecką15g, serkiem Allmette 20g , papryka czerwona 20g, herbata Miętowa 250ml	Zupa Jarzynowa 250ml Naleśniki z dżemem, jogurt naturalny Składniki :Zupa: woda 35 %, ziemniaki 15 %,kalafior 15% marchew 10%, mięso z kurczaka bez skóry 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. II danie: Mąka pszenna30%, mleko krowie 24%, jogurt naturalny (z mleka krowiego) 16%, dżem owocowy 15%,woda 4%, olej4%, jaja kurze 3%,przyprawy, jogurt 100% (mleko krowie 90% kultury bakterii 10%)	Chlebek kukurydziany 20g i jabłko do chrupania 40g	1019kcal
CZWARTEK 24.07.2025	Bułka z masłem , wędlinką, twarożkiem , ogórek świeży, herbata melisa	Zupa Botwinka 250ml Gulasz drobiowy w sosie śmietanowo-ziołowym 120g, ryż 150g, Ogórek kiszony 70g Składniki: woda 37 %, ziemniaki 25 %, botwinka 20%, mięso z kurczaka bez skóry 6%, Marchew 3%, Por 2%, Seler korzeniowy 2%, pietruszka korzeń 2%, śmietana (z mleka)12% tłuszczu 2%, koper ogrodowy, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny mielony III danie: mięso drobiowe 90%, śmietana 6% przyprawy,ryż100%, surówka: ogórek 100%	Chlebek bananowy 80g	1142kcal
PIĄTEK 25.07.2025	Bułka z masłem , jajecznica ze szczypiorkiem, kakao	Zupa Serowa 250ml Filet rybny ,80g ziemniaki150g, surówka z z młodej kapusty 80g Składniki: Zupa: woda 50% ser topiony 20%,ser żółty 12%mięso z kurczaka bez skóry 5%, włoszczyzna6%, Makaron 5 % [mąka makaronowa z pszenicy durum,), śmietana (z mleka) krowiego12% tłuszczu 2%, , pietruszka liście, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawy II danie: Dorsz, jajko, bułka tarta, przyprawy, ziemniaki, Surówka: Kapusta młoda 75%, marchew 20%, koperek3%, olej rzepakowy, przyprawy	Nektarynka 80g	993kcal

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