

Data	Śniadanie I i II	obiad	podwieczorek
Poniedziałek 23.09.2019 605 kcal	Pieczyno mieszane (gluten) 50 g , masło (laktoza) 5g , pasztet , ser żółty (laktoza) , pomidor , owoc herbata z cytryną	Zupa jarzynowa z zacierka 300g (porcje rosółowe drobiowe , warzywa (seler) , zacierka (gluten , jaja) , śmietana 18 % (laktoza) przyprawy , zielenina) Ryż z jabłkami 200 g (ryż , masło (laktoza) , jabłka , jogurt naturalny (laktoza) , cukier , cukier waniliowy) Kompot owocowy 200 ml	Bułka pszenna z masłem , szynką wieprzową i ogórkiem kiszonym gluten/laktoza
Wtorek 24.09.2019 680 kcal	Płatki kukurydziane z mlekiem (gluten , laktoza) , Masło 5g (laktoza) , pieczywo mieszane 50g (gluten) , powidło śliwkowe , herbata z cukrem i cytryną 200 ml	Rosół z makaronem 300 g (porcje rosółowe drobiowe , warzywa (seler) , makaron (gluten , jaja) , przyprawy , zielenina) Pieczony kurczak 80 g (udziec z kurczaka bez kości , olej rzepakowy , przyprawy) Ziemniaki z masłem (laktoza) i koperkiem 80 g Surówka z białej kapusty 80 g (biała kapusta , cebulka , jabłko , marchewka , majonez (laktoza) , jogurt naturalny (laktoza) , przyprawy) Kompot owocowy 200 ml	Drożdówka gluten/laktoza/jaja
Środa 25.09.2019 625 kcal	Pieczyno mieszane (gluten) 60 g , masło 5g, (laktoza) , wędlinka drobiowa , serek topiony (laktoza) , rzodkiewka , Herbata z cukrem i cytryną 150 ml	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 300 g (porcje rosółowe drobiowe , warzywa (seler) , burak czerwony , ziemniaki , przyprawy , mąka pszenna (gluten) , śmietana 18 % (laktoza)) Pierogi z owocami 80 g (mąka pszenne (gluten) , jajo , olej rzepakowy , owoce mrożone , jogurt naturalny (laktoza) , cukier) Kompot owocowy 200 ml	Weka z masłem , kabanosem i papryką Gluten/laktoza/jaja
Czwartek 26.09.2019 685 kcal	Pieczyno mieszane , 60 g (gluten) , masło 5 g (laktoza) , twarożek (laktoza) , dżem Kawa zbożowa 200 ml , owoc	Zupa kalafiorowa z ryżem 300 g (porcje rosółowe drobiowo – wołowe , warzywa (seler) , kalafior , ryż , zielenina , przyprawy , śmietana 18% (laktoza)) Sztuka mięsa w sosie 80 g (karczek , przyprawy , olej rzepakowy , mąka ziemniaczana) Ziemniaki z koperkiem i masłem (laktoza) 80 g Surówka z kapusty pekińskiej 80 g (kapusta pekińska , marchewka , cebula czerwona , zielenina , jogurt naturalny (laktoza) , cytryna , przyprawy) Kompot owocowy 200 ml	Kanapki z masłem szyneczką i ogórkiem zielonym gluten/laktoza
Piątek 27.09.2019 685 kcal	Pieczyno mieszane , 60 g (gluten) , masło 5 g (laktoza) , pasta z sera białego (laktoza) i ryby , pomidor Herbata z cytryną 200 ml	Kapuśniak 300 g (porcje rosółowe drobiowe , warzywa (seler) , kapusta biała , kapusta kiszona , ziemniaki , mąka pszenna (gluten) , śmietana 12 % (laktoza) , przyprawy , zielenina Racuchy 2 szt. (mąka pszenna (gluten) , jajo , drożdże , cukier , mleko (laktoza) , olej rzepakowy , cukier puder) Kompot wieloowocowy 200 ml	Kanapka z masłem , pastą jajeczną i sałatą zieloną gluten/laktoza/jaja

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, pieprz ziółowy, ziele angielskie, liście laurowe, majeranek, oregano, bazyli, tymianek, kminek, zioła prowansalskie, papryka słodka, sól o obniżonej zawartości sodu, jarzynka bez soli oraz świeże

z
i
o
ł