

MENU WRZESIEŃ 2020

Tydzień 1: 01-04.09.2020				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Wtorek 01.09.2020	Owsianka 1) z owocami, pieczywo żytnie 1)z masłem 7), serkiem śmietankowym 7), papryka, herbata z mlekiem 7).	Krupnik 9) na mięsie wieprzowymz kaszą jęczmienną 1) i ziemniakami.	Kotlet schabowy 1), puree ziemniaczane 7), marchewka duszona.	Jogurt naturalny z musli 7)1), winogrona.
Środa 02.09.2020	Pieczywo mieszane wiejskie i razowe 1) z masłem 7), serem żółtym 7), kiełbasą drobiową, ogórek, kawa zbożowa z mlekiem 1)7).	Kapuśniak 9) na udźcu z indyka z ziemniakami i śmietaną 7).	Penne w sosie napoli z tartym serem 1)7) .	Ciasto 1) z owocami, arbuz.
Czwartek 03.09.2020	Płatki kukurydziane z mlekiem 7), pieczywo żytnie 1) z masłem 7), szynką wieprzową, rzodkiewka.	Ogórkowa 9) na udkach z kurczaka z ziemniakami i śmietaną 7).	Gulasz 1) z udźca z indyka, kasza gryczana, surówka z czerwonej kapusty.	Koktajl brzoskwiniowy na bazie jogurtu naturalnego 7), cząstka gruszki.
Piątek 04.09.2020	Pieczywo mieszane wiejskie i graham 1) z masłem 7), szynką delikatesową z kurczaka, pastą jajeczno-serową 3)7), szczypiorek, herbata mlekiem 7).	Jarzynowa 9) na wywarze warzywnym z ziemniakami i śmietaną 7).	Paluszki rybne 4)1), puree ziemniaczane 7), surówka z kiszonej kapusty.	Deser ryżowy 7), cząstka banana.

Tydzień 2: 07- 11.09.2020				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: Ildanie	Podwieczorek
Poniedziałek 07.09.2020	Pieczywo mieszane wiejskie i razowe 1) z masłem 7), szynką z Komina , twarogiem grani 7), ogórek, herbata z mlekiem 7).	Wiejska 9) z kiełbasą i ziemniakami.	Makaron z sosem twarogowo-jogurtowym 1)7).	Kisiel, mandarynka.
Wtorek 08.09.2020	Jajecznica na mleku 3)7), pieczywo żytnie 1) z masłem 7), szynką delikatesową z kurczaka, rzodkiewka, herbata z mlekiem 7).	Barszcz czerwony 9) na skrzydle z indyka z ziemniakami i śmietaną 7).	Kurczak pieczony , ziemniaki z wody, mizeria 7).	Koktajl truskawkowy na bazie jogurtu naturalnego 7), cząstka kiwi.
Środa 09.09.2020	Pieczywo razowe wiejskie i różności 1) z masłem 7), serem żółtym 7), pasztetem pieczonym, papryka, kawa zbożowa z mlekiem 1)7).	Pomidorowa 9) na udkach z kurczaka z makaronem i śmietaną 1)7).	Kotlet mielony 1), puree ziemniaczane 7), buraczki.	Budyń 7), winogrona.
Czwartek 10.09.2020	Kasza manna na mleku 1)7), pieczywo żytnie 1)z masłem 7), szynką wieprzową, pomidor.	Jarzynowa 9) na udźcu z indyka z ziemniakami śmietaną 7).	Potrąka z kurczaka z warzywami.	Jabłko, ogórek świeży- słupki.
Piątek 11.09.2020	Bułka grahamka 1) z masłem 7), pastą z makreli i twarogu 4)7), kiełbasą drobiową, szczypiorek, herbata z mlekiem 7).	Owocowa z makaronem i śmietaną 1)7).	Pulpet rybny w sosie śmietanowo-chrzanowym 4)7), ryż na sypko, surówka z białej kapusty.	Cząstka pomarańczy, talarek ryżowy.

Tydzień 3: 14-18.09.2020				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: lildanie	Podwieczorek
Poniedziałek 14.09.2020	Pieczycwo mieszane wiejskie i razowe 1) z masłem 7), szynką z wieprzową, serem żółtym 7), sałata, herbata z mlekiem 7).	Rosół 9) z kury z makaronem 1).	Kluski leniwe z masłem bułką tartą 1)3)7), surówka z marchewki i ananasa.	Banan, marchewka-słupki.
Wtorek 15.09.2020	Parówki, pieczywo żytnie 1) z masłem 7), pastą twarogową 7), papryka, herbata z mlekiem 7).	Kalafiorowa 9) na skrzydle z indyka z ziemniakami i śmietaną 7).	Nugettsy 1), ziemniaki z wody, mizeria 7).	Koktajl owocowo-warzywny na bazie soku jabłkowego, chrupki kukurydziane.
Środa 16.09.2020	Pieczycwo mieszane wiejskie i graham 1) z masłem 7), serkiem śmietankowym 7), kiełbasą drobiową, rzodkiewką, kakao 7).	Krupnik 9) na udkach z kurczaka z kaszą jęczmienną 1) i ziemniakami.	Spaghetti 1) Bolognese.	Chałka 1)3)7)z powidłami śliwkowymi, winogrona.
Czwartek 17.09.2020	Płatki kukurydziane z mlekiem 7), pieczywo żytnie 1)z masłem 7), szynką z Komina, ogórek.	Ogórkowa 9) na mięsie wieprzowym z ziemniakami i śmietaną 7).	Pierś z kurczaka w białym sosie 1)7), kasza bulgur 1), surówka z marchewki.	Gruszka, talarek ryżowy.
Piątek 18.09.2020	Pieczycwo mieszane wiejskie i różności 1) z masłem 7), pastą jajeczno-serową 3)7), szynką wieprzową, szczypiorek, herbata z mlekiem 7).	Krem z warzyw 9) z grzankami i kleksem śmietany 1)7).	Paluszki rybne 4)1), puree ziemniaczane 7), surówka z kiszonej kapusty.	Jogurt naturalny z musli 7)1), cząstka pomarańczy.

Tydzień 4: 21-25.09.2020				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 21.09.2020	Pieczyno mieszane wiejskie i rozmaitości 1) z masłem 7), szynką z wieprzową, twarożkiem wiejskim 7), sałata, herbata z mlekiem 7).	Brokułowa 9) na udźcu z indyka z ryżem i śmietaną 7).	Pierogi 1) z mięsem i duszoną cebulką.	Kasza manna na mleku 1)7) z kleksem owocowym, mandarynka.
Wtorek 22.09.2020	Owsianka na mleku 1)7), piezyno żytnie 1) z masłem 7), szynka delikatesową z kurczaka, rzodkiewka.	Żurek 1)7)9) z białą kiebasą i ziemniakami.	Kotlet mielony 1), puree ziemniaczane 7), marchewka duszona z groszkiem.	Galaretka owocowa, cząstka gruszki.
Środa 23.09.2020	Pieczyno mieszane wiejskie i razowe 1) z masłem 7), kiebasą drobiową, serem żółtym 7), ogórek, kawa zbożowa z mlekiem 1)7).	Barszcz czerwony 9) skrzydło z indyka z ziemniakami i śmietaną 7).	Naleśniki z twarogiem , brzoskwinia i śmietaną 1)3)7).	Jabłko, marchewka-słupki.
Czwartek 24.09.2020	Jajecznica na mleku 3)7), piezyno żytnie 1) z masłem 7), serkiem śmietankowym 7), papryka, herbata z mlekiem 7).	Pomidorowa 9) na mięsie wieprzowym z makaronem i śmietaną 1)7).	Pierz z kurczaka na parze, ryż na sypko, surówka z selera 9) i jabłko w śmietanie 7).	Ciasto 1) z owocami, cząstka pomarańczy.
Piątek 25.09.2020	Bułka grahamka 1) z masłem 7), szynką z Pasięki, pastą z makreli i twarogu 4)7), szczypiorek, herbata z mlekiem 7).	Jarzynowa 9) na wywarze warzywnym z ziemniakami i śmietaną 7).	Kotlet z dorsza 4)1), puree ziemniaczane 7), surówka coleslaw 7).	Koktajl truskawkowy na bazie jogurtu naturalnego 7), winogrona.

Tydzień 5: 28-30.09.2020				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 28.09.2020	Pieczyno mieszane wiejskie i rozmaitości 1) z masłem 7), szynką z Pasieki, białym serem 7), sałata, herbata z mlekiem 7).	Fasolowa 9) na skrzydle z indyka z ziemniakami i śmietaną 7).	Pierogi z owocami i śmietaną 1)7).	Banan, ogórek świeży- słupki.
Wtorek 29.09.2020	Płatki kukurydziane z mlekiem 7), piezyno żytnie 1) z masłem 7), szynką delikatesową z kurczaka, rzodkiewka.	Rosół 9) z kury z makaronem 1).	Kotlet pożarski 1) w sosie pomidorowym, ryż na sypko, surówka z kapusty pekińskiej w ziołowym dresingu.	Jogurt naturalny 7) z owocami, winogrona.
Środa 30.09.2020	Pieczyno mieszane wiejskie i razowe ze słonecznikiem 1) z masłem 7), żółtym serem 7), kiełbasą drobiową, papryka, herbata z mlekiem 7).	Ogórkowa 9) na mięsie wieprzowym z ziemniakami i śmietaną 7).	Pierś w panierce 1), puree ziemniaczane 7), buraczki tarte z jabłkiem i cebulką.	Kisiel, cząstka kiwi.

WYKAZ POTRAW I SPIS PRODUKTÓW WRZESIEŃ 2020

PIECZYWO:

wiejskie 35 g: mąka pszenna 58%, woda, mąka żytnia 42%, płatki ziemniaczane, drożdże, sól

żytnie 20 g: mąka żytnia 10%, woda, mąka pszenna 90%, drożdże, sól, smalec

razowe 20 g: mąka żytnia razowa 10%, woda, mąka żytnia 90%, mąka pszenna, drożdże, sól

razowe na miodzie 20 g: mąka żytnia razowa, woda mąka żytnia jasna, mąka pszenna, miód sztuczny 4,%, cukier, ekstrakt słodu z prażonego jęczmienia, drożdże, sól

razowe na miodzie ze słonecznikiem 20 g: mąka żytnia razowa, woda mąka żytnia jasna, mąka pszenna, ziarna słonecznika, cukier, ekstrakt słodu z prażonego jęczmienia, drożdże, sól

pełnoziarniste 20 g: żyto krojone 60%, woda, mąka razowa, ekstrakt słodu jęczmiennego, drożdże, sól

graham 20 g: mąka pszenna graham, mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól

żytnie 20 g: mąka żytnia, woda, mąka pszenna, drożdże

bułka grahamka 40 g: mąka pszenna graham 41%, mąka pszenna, woda, drożdże, mąka żytnia, sól, cukier, ekstrakt słodu jęczmiennego

chalka 20 g: mąki pszennej, mleka 2 %, drożdże, sól, cukier, masło 82 %, jajka

Pieczywo jest produkowane na naturalnym zakwasie.

DODATKI ŚNIADANIOWE:

Pasta jajeczno-serowa 20 g: jajka, ser gouda, jogurt naturalny

Pasta z makreli i twarogu 20 g: makrela wędzona (zmiksowana), twaróg biały, jogurt naturalny

Pasta twarogowa 20 g: mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii mlekowych, śmietana 12 %

Serek śmietankowy 15 g: serek śmietankowy, sól, białka mleka

Twarożek wiejski 30 g: twaróg, śmietanka pasteryzowana, sól

Twarożek grani 30 g: twaróg, śmietanka pasteryzowana, sól

Twaróg (biały ser) 30 g: mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii mlekowych

Dżem 100% owoców 20 g: wiśnie (truskawki, brzoskwinie) zagęszczony sok jabłkowy, pektyny

Powidła śliwkowe 20 g: śliwki węgierki, cukier, cynamon

Płatki kukurydziane 20 g: płatki kukurydziane: Lubella catering- mąka kukurydziana, ekstrakt słodowy jęczmienny, cukier, sól, barwniki: karoteny, karmel.

Płatki owsiane 10 g: 100% płatki owsiane

Kasza jaglana 10 g: kasza jaglana 100%

Kasza manna 10 g: otrzymana z ziarna pszenicy 100%

Ser żółty gouda 20 g: mleko pasteryzowane, sól, kultury bakterii mlekowych, stabilizator: chlorek wapnia; substancja konserwująca: azotan potasu; barwnik: annato. Produkt może zawierać pochodne jaj.

Kawa zbożowa 1 g: Inka zboża 72% (jęczmień, żyto), cykorja, burakcukrowy - prażone

Kakao 1g: Deco Morreno: Kakao o obniżonej zawartości tłuszczu (zawartość tłuszczu kakaowego 10-12%)

Kielki 1 g: Vital fresh

Wędliny:

Szynka delikatesowa z kurczaka 20 g: Produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce nie jadalnej. Składniki: mięso z piersi kurcząt (89%), woda, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy, ekstrakt przypraw, aromaty, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy, substancja konserwująca: azotyn sodu. Produkt może zawierać soję, gorczycę, pochodne mleka (w tym laktozę).

Szynka wieprzowa 20 g: 98% mięsa wieprzowego z szynki, sól, glukoza, cukier, ekstrakt drożdżowy, ekstrakty przypraw, kultury starterowe bakterii.

Szynka z Pasieki 20 g: filet z kurczaka 78%, udka z kurczaka 18%, sól, cukier, przyprawy naturalne, substancja konserwująca azotyn sodu. Produkt bezglutenowy.

Kurczak gotowany 20 g: mięso z piersi kurczaka (90%), woda, skrobia ziemniaczana, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy, substancja konserwująca azotyn. Produkt może zawierać soję, gorczycę pochodne mleka (w tym laktozę).

Kiełbasa drobiowa 20 g: mięso z piersi kurczaka 93%, woda, sól, białko *sojowe*, przyprawy (zawierają *gorczycę*), ekstrakty i aromaty przypraw (w tym dymu wędzarniczego), przeciwutleniacz: askorbinian sodu, cukier, dekstroza, substancja konserwująca: azotyn sodu.

Kiełbasa swojska 20 g: mięso wieprzowe, mięso drobiowe, tłuszcz wieprzowy, sól, przyprawy, cukier

Biała kiełbasa 10 g: mięso wieprzowe 92%, woda, sól, ekstrakty przypraw, przyprawy, jelita wieprzowe

Pasztet pieczony 25 g: mięso wieprzowe mielone, wątróbka drobiowa mielona, cebula, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz, majeranek, marchewka, pietruszka, słonina.

Parówki z szynki (Nowak) 35 g: mięso z szynki wieprzowej 94 %, skrobia ziemniaczana, woda, sól, regulatory kwasowości, ekstrakty przypraw, aromaty, ekstrakt drożdży, substancja konserwująca. Produkt może zawierać soję, gorczycę pochodne mleka (w tym laktozę).

ZUPY:

Krupnik na mięsie wieprzowym z kaszą jęczmienną i ziemniakami: woda, mięso wieprzowe, liść laurowy, sól, pieprz, cebula, marchew, pietruszka, seler, por, kasza jęczmienna, ziemniaki

Kapuśniak na udźcu z indyka z ziemniakami i śmietaną: udziec z indyka, woda, cebula, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, kapusta biała, koperek, ziemniaki, śmietana 18%

Ogórkowa na udkach z kurczaka z ziemniakami i śmietaną: udka z kurczaka, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, koperek, ogórki kiszzone, ziemniaki, śmietana 18%

Jarzynowa na wywarze warzywnym z ziemniakami i śmietaną: woda, liść laurowy, czosnek, sól, marchew, pietruszka, seler, por, brokuł, kalafior, ziemniaki, olej rzepakowy, śmietana 18%

Wiejska: mięso wieprzowe, kielbasa podwawelska, woda, liść laurowy, sól, cebula, por, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki

Barszcz czerwony na skrzydle z indyka z ziemniakami i śmietaną: skrzydła z indyka, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, buraki, ziemniaki, śmietana 18%

Pomidorowa na udkach z kurczaka z makaronem i śmietaną: udka z kurczaka, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, koncentrat pomidorowy, , makaron Lubella (mąka z pszenicy durum), śmietana 18%

Jarzynowa na udźcu z indyka z ziemniakami i śmietaną: udziec z indyka, woda, liść laurowy, czosnek, sól, marchew, pietruszka, seler, por, brokuł, kalafior, ziemniaki, olej rzepakowy, śmietana 18%

Owocowa z makaronem i śmietaną: woda, wiśnie, porzeczkki, truskawki, makaron Lubella (mąka z pszenicy durum), mąka pszenna, cukier, sól, śmietana 18 %

Rosół z kury z makaronem: kura rosółowa, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, makaron Lubella (mąka z pszenicy durum)

Kalafiorowa na skrzydle z indyka z ziemniakami i śmietaną: skrzydła z indyka, woda, liść laurowy, sól, cebula, marchew, pietruszka, seler, por, koperek, kalafior, ziemniaki, śmietana 18%

Krupnik na udkach z kurczaka z kaszą jęczmienną i ziemniakami: woda, udka z kurczaka, liść laurowy, sól, pieprz, cebula, marchew, pietruszka, seler, por, kasza jęczmienna, ziemniaki

Ogórkowa na mięsie wieprzowym z ziemniakami i śmietaną: mięso wieprzowe, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, ogórki kiszzone, ziemniaki, śmietana 18%

Krem z warzyw: woda, marchew, pietruszka, seler, przecier pomidorowy, pomidory, cebula, por, czosnek, zioła prowansalskie, olej rzepakowy, śmietana 18 %, grzanki pszenno- rzytnie

Brokułowa na udźcu z indyka z ziemniakami i śmietaną: udziec z indyka, woda, liść laurowy, sól, cebula, por, marchew, pietruszka, seler, brokuł, ziemniaki, śmietana 18%

Żurek z białą kielbasą i ziemniakami: mięso wieprzowe, biała kielbasa, woda, zakwas żytni, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, śmietana 12 %

Pomidorowa na mięsie wieprzowym z makaronem i śmietaną: mięso wieprzowe, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, koncentrat pomidorowy, , makaron Lubella (mąka z pszenicy durum), śmietana 18%

Fasolowa na skrzydle z indyka z ziemniakami i śmietaną: skrzydła z indyka, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, fasolka szparagowa, ziemniaki, śmietana 18%

Ogórkowa na mięsie wieprzowym z ziemniakami i śmietaną: mięso wieprzowe, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, ogórki kiszzone, ziemniaki, śmietana 18%

Gramówka składników zup:

ziemniaki 60 g, marchew 65 g, seler 10 g, pietruszka 10 g, por 5 g, śmietana 10 g, dodatek warzywny (brokuł, kalafior, kapusta, buraki: 60 g), mięso 10 g

II DANIA:

Kotlet schabowy: mięso wieprzowe, sól, pieprz, olej rzepakowy, bułka tarta

Penne w sosie napoli z tartym serem: makaron penne, sos pomidorowy, marchew, pomidory, ser żółty gouda

Gulasz z udźca z inyka: udziec z indyka, marchew, pietruszka, sól, pieprz, mąka pszenna

Makaron w sosie twarogowo- jogurtowym: makaron Lubella(mąka z pszenicy durum), jogurt naturalny, twaróg biały półtusty, sól, cukier

Kurczak pieczony: pałki kurczaka, sól, pieprz, tymianek, olej rzepakowy

Kotlet mielony: mięso wieprzowe, sól, pieprz, bułka tarta, cebula, olej rzepakowy

Potrąwka z kurczaka: filet z piersi kurczaka, ryż paraboliczny, marchew, cukinia, kukurydza, papryka, sól, olej rzepakowy

Kluski leniwe z masłem i bułką tartą: twaróg biały, jajka, mąka pszenna, sól, cukier, masło, bułka tarta

Nugettsy: filet z piersi kurczaka, bułka tarta, olej rzepakowy, sól, pieprz

Spaghetti bolognese: mięso wieprzowe, makaron Lubella(mąka z pszenicy durum), sól, pieprz, koncentrat pomidorowy, marchew, zioła prowansalskie, olej rzepakowy

Pierś z kurczakaw białym sosie: filet z piersi kurczaka, śmietana 30%, mąka pszenna, zioła prowansalskie, sól, pieprz, olej rzepakowy

Pierogi z mięsem i duszoną cebulką: mięso wieprzowe, mąka pszenna, cebula, sól, pieprz, olej rzepakowy

Naleśniki z twarogiem i śmietaną: mleko 2% spożywcze homogenizowane, woda, jajka, mąka pszenna, sól, twaróg, brzoskwinie, olej rzepakowy, śmietana 18%

Pierś z kurczaka na parze: filet z piersi kurczaka, sól, pieprz, zioła prowansalskie, koperek, olej rzepakowy

Pierogi z owocami i śmietaną: mąka pszenna, truskawki, cukier, sól, olejrzepakowy, śmietana 18 %

Kotlet pożarski: mięso drobiowe, sól, pieprz, bułka tarta, cebula, olej rzepakowy

Pierś w panierce: filet z piersi kurczaka, bułka tarta, sól, pieprz, olej rzepakowy

Paluszki rybne: flety z mintaja (65%) (mrożone na morzu, bezpośrednio po połowie, z certyfikowanych łowisk MSC), mąka pszenna, olej słonecznikowy (z pierwszego tłoczenia, nieekstrahowany chemicznie), woda, skrobia ziemniaczana (niemodyfikowana chemicznie), sól (bez substancji przeciwzbrylających), przyprawy (paprika i kurkuma), drożdże

Kotlet z mintaja: filet z mintaja, sól, pieprz, bułka tarta, olej rzepakowy

Pulpet rybny w sosie śmietanowo- chrzanowym: filet z morszczuka, sól, pieprz, bułka tarta, koperek, mleko 2% spożywcze homogenizowane, śmietana 12 %, chrzan tarty, sok z cytryny, olej rzepakowy

Kotlet z dorsza: filet z dorsza, sól, pieprz, sok z cytryny, bułka tarta, olej rzepakowy

Makarony: Lubella catering- 100% pszenicy durum

Lubella - pełne ziarno- mąka makaronowa pszenna pełnoziarnista

Ziarna Natury- mąka pełnoziarnista z pszenicy durum

Ryż: paraboliczny

Brązowy

Gramówka składników drugich dań:

Ziemniaki 150 g

Ryż 60 g

Makaron 50 g

Mięso 80 g

Surówka 80 g

Naleśniki 150 g

Pierogi 150 g

Ryba 80 g

SURÓWKI:

Marchewka duszona: marchew, cukier, sól, olej rzepakowy

Z czerwonej kapusty: kapusta czerwona, olej rzepakowy, sól, cukier, sok z cytryny

Z kapusty kiszonej: kapusta kiszona, marchewka, natka pietruszki, olej rzepakowy, cukier

Mizeria: ogórki świeże, śmietana 12 %, sól, koperek

Buraczki: tarte buraczki, sól, pieprz, ocet

Białej kapusty: biała kapusta, marchew, natka pietruszki, olej rzepakowy, cukier, sól

Marchewki i ananasa: marchew, ananas, cukier, sok z cytryny

Marchewka duszona z groszkiem: marchewka, groszek zielony, cukier, sól, masło roślinne

Selera, jabłka w śmietanie: seler, jabłko, śmietana 12 %, cukier, sok z cytryny

Z kapusty pekińskiej w ziołowym dresingu: kapusta pekińska, natka pietruszki, papryka, pomidor, ogórek, olej rzepakowy, sok z cytryny zioła prowansalskie

Buraczki tarte z jabłkiem i cebulką: buraki gotowane, jabłko, cebula, sól, pieprz, olej rzepakowy

PODWIECZORKI:

Jogurt naturalny 150 ml: mleko pasteryzowane, odtłuszczone mleko w proszku, żywe kultury bakterii jogurtowych

Kisiel owocowy 150 ml: sok owocowy, woda, cukier, skrobia ziemniaczana.

Budyń czekoladowy 150 ml: skrobia ziemniaczana, cukier, kakao, żółtka jaj, mleko

Koktajl brzoskwiński na bazie jogurtu naturalnego: jogurt naturalny, brzoskwinie

Koktajl truskawkowy na bazie jogurtu naturalnego: jogurt naturalny, truskawki

Kasza manna z kleksem owocowym: kasza manna, mleko pasteryzowane, sól, cukier, sok owocowy-wiśniowy

Deser ryżowy: ryż paraboliczny, mleko 2% spożywcze homogenizowane, śmietanka 30%, cukier, sól, cynamon

Koktajl owocowo-warzywny na bazie soku jabłkowego: szpinak, natka pietruszki, banan, brzoskwinia, sok jabłkowy

Galaretki owocowe: wiśnie, cukier, żelatyna

Wafelek ryżowy 20 g: ryż brązowy 100%

Chrupki kukurydziane 15 g: kaszka kukurydziana 100%

Ciasto z owocami: mąka pszenna, olej rzepakowy, soda oczyszczona, śliwki, cukier, cynamon

Ciasto z owocami: mąka pszenna, olej rzepakowy, soda oczyszczona, jabłka, cukier, cynamon

Jogurt z musli: jogurt naturalny, musli (płatki pszenne, płatki owsiane pełnoziarniste

Jogurt z owocami: jogurt naturalny, banan, jabłko

Informujemy, że potrawy (z wyjątkiem naleśników i kotletów mielonych) przygotowujemy w piecu konwekcyjno- parowym.

Dodatek soli i cukru w potrawach przygotowywanych jest minimalny.

Tabela średniej kaloryczności dziennej z tygodnia

	I tydzień	II tydzień	III tydzień	IV tydzień	V tydzień
Kalorie	980	1160	1020	990	1010
Białko	39	34	33	32	31
Tłuszcze	36	37	36	30	29
Węglowodany	138	134	139	137	139

Szanowni Państwo,

Informujemy, że potrawy przez nas przygotowywane jak i produkty gotowe, z których korzystamy zawierają lub mogą zawierać poniższe alergeny:

- 1). Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) oraz produkty pochodne.
- 2). Skorupiaki I produkty pochodne.
- 3). Jaja i produkty pochodne.
- 4). Ryby i produkty pochodne.
- 5). Orzeszki ziemne (arachidowe) I produkty pochodne.
- 6). Soja i produkty pochodne.
- 7). Mleko i produkty pochodne.
- 8). Orzechy.
- 9). Seler i produkty pochodne.
- 10). Gorczyca i produkty pochodne.
- 11). Nasiona sezamu i produkty pochodne.
- 12). Dwutlenek siarki oraz siarczyny.
- 13). Łubin i produkty pochodne.
- 14). Mięczaki i produkty pochodne.

*Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać **śladowe ilości alergenów**: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorzycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

Ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, pieprz czarny.

Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorzycy.

UWAGA

Przypominamy jednocześnie, że wżywieniu dziecka nie powinno się ograniczać produktów alergizujących, chyba, że występuje wyraźne wskazanie lekarza.