

MENU MAJ 2021

Tydzień 1: 04-07.05.2021				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Wtorek 04.05.2021	Pieczyno mieszane wiejskie i żytnie 1) z masłem 7), kiełbasą drobiową, twarogiem wiejskim 7), sałata, herbata z mlekiem 7).	Brokułowa 9) na skrzydle z indyka z ziemniakami i śmietaną 7).	Penne w sosie napoli z tartym serem 1)7).	Banan, ogórek świeży- słupki.
Środa 05.05.2021	Pieczyno mieszane wiejskie i pełnoziarniste 1) z masłem7) , żółtym serem 7), szynką wieprzową, papryka, herbata z mlekiem 7).	Ogórkowa 9) na mięsie wieprzowym z ziemniakami i śmietaną 7).	Nuggetsy 1), ryż na sypko, coleslaw 7).	Kasza manna na mleku 1)7) z kleksem owocowym, winogrona.
Czwartek 06.05.2021	Parówki, pieczywo żytnie 1)z masłem 7), serkiem śmietankowym 7), ogórek, herbata z mlekiem 7).	Gulaszowa 9) z ziemniakami.	Kluski leniwe z masłem i bułką tartą 1)3)7), surówka z marchewki i ananasa.	Ciasto 1) z owocami, cząstka gruszki.
Piątek 07.05.2021	Pieczyno mieszane wiejskie i graham 1) z masłem 7), pastą jajeczno- serową 3)7), szynką delikatesową z kurczaka, rzodkiewka, kakao 7).	Pomidorowo- marchewkowa 9) na wywarze warzywnym- krem z kluseczkami i śmietaną 1)7).	Paluszki rybne 1)4), ziemniaki z wody, kapusta kiszona.	Smoothie owocowo-warzywno, cząstka pomarańczy.

Tydzień 2: 10-14.05.2021				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 10.05.2021	Pieczywo mieszane wiejskie i graham 1) z masłem 7), białym serem 7), szynką z Pasieki, sałata, herbata z mlekiem 7).	Wiejska 9) z kiełbasą i ziemniakami.	Pierogi z białym serem i śmietaną 1)7).	Jabłko, marchewka-słupki.
Wtorek 11.05.2021	Jajecznica na mleku 3)7), pieczywo żytnie 1)z masłem 7), kiełbasą drobiową, pomidor, herbata z mlekiem 7).	Rosół 9) z kury z makaronem 1).	Kotlet schabowy 1), ziemniaki z wody, surówka z marchewki i jabłka w śmietanie 7).	Budyń 7), winogrona.
Środa 12.05.2021	Pieczywo mieszane wiejskie i pełnoziarniste 1) z masłem 7), pasztetem pieczonym, serem żółtym 7), ogórek, kawa zbożowa z mlekiem 1)7).	Barszcz czerwony 9) na mięsie wieprzowym z ziemniakami i śmietaną 7).	Tagiatelle ze szpinakiem w sosie śmietanowym 1)7).	Kisiel, cząstka kiwi.
Czwartek 13.05.2021	Owsianka na mleku 1)7), pieczywo żytnie 1) z masłem 7), kurczakiem gotowanym, rzodkiewka.	Kapuśniak 9) na udźcu z indyka z ziemniakami.	Pulpety 1) w sosie pomidorowym, kasza jęczmienna 1), fasolka szparagowa z masłem i bułką tartą 7)1).	Koktajl brzoskwiowy na jogurcie naturalnym 7), cząstka pomarańczy.
Piątek 14.05.2021	Bułka grahamka 1)z masłem 7), pastą z makreli i twarogu 4)7), szynką wieprzową, kiełki, herbata z mlekiem 7).	Owocowa z makaronem i śmietaną 1)7).	Kotlet jajeczny 1)3)7), puree ziemniaczane 7), surówka z sałaty lodowej, ogórka i pomidora w ziołowym dresingu.	Gruszka, chrupki kukurydziane.

Tydzień 3: 17-21.05.2021				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 17.05.2021	Pieczywo mieszane wiejskie i graham 1) z masłem 7), serem żółtym 7), szynką z Komina, sałata, herbata z mlekiem 7).	Krupnik 9) na udkach z kurczaka z kaszą jęczmienną 1) i ziemniakami.	Makaron z sosem truskawkowym i śmietaną 1)7).	Banan, marchewka-słupki.
Wtorek 18.05.2021	Płatki kukurydziane z mlekiem 7), pieczywo żytnie 1) z masłem 7), szynką delikatesową z kurczaka, papryka.	Ogórkowa 9) na udźcu z indyka z ziemniakami i śmietaną 7).	Gulasz wieprzowy 1), kasza gryczana, buraczki tarte z jabłkiem i cebulką.	Deser ryżowy na mleku 7), winogrona.
Środa 19.05.2021	Pieczywo mieszane wiejskie i pełnoziarniste 1) z masłem 7), szynką wieprzową, pastą twarogową 7) , rzodkiewka, herbata z mlekiem 7).	Jarzynowa 9) na mięsie wieprzowym z ziemniakami i śmietaną 7).	Pierś z kurczaka po parysku 1)3)7), puree ziemniaczane 7), warzywa na parze.	Ciasto 1) „ Zebra”, cząstka jabłka.
Czwartek 20.05.2021	Kasza jaglana z owocami, pieczywo żytnie 1) z masłem 7), twarożkiem grani 7), ogórek, herbata z mlekiem 7).	Żurek 1) 7) z białą kiełbasą i ziemniakami.	Spaghetti 1)bolognese.	Jogurt naturalny z musli 7)1), cząstka pomarańczy.
Piątek 21.05.2021	Pieczywo mieszane wiejskie i graham 1) z masłem 7), pastą jajeczno- serową 3)7), kiełbasą drobiową, pomidor, kakao 7).	Kalafiorowa 9) na wywarze warzywnym - krem z grzankami 1).	Pulpet z morszczuka w sosie śmietanowo- chrzanowym 1)4)7), kasza jęczmienna 1), surówka wiosenna w jogurcie naturalnym 7).	Smoothie warzywno-owocowe, talarek ryżowy.

Tydzień 4: 24-28.05.2021				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 24.05.2021	Pieczywo mieszane wiejskie i graham 1) z masłem 7), białym twarogiem 7), szynką z Pasieki, sałata, herbata z mlekiem 7).	Pomidorowa 9) na skrzydle z indyka z ryżem i śmietaną 7).	Pierogi 1) z mięsem i duszoną cebulką.	Budyń 7), winogrona.
Wtorek 25.05.2021	Jajecznica na mleku 3)7), pieczywo żytnie 1) z masłem 7), szynką wieprzową, papryka, kawa zbożowa z mlekiem 1)7).	Rosół 9) z kury z makaronem 1).	Kurczak pieczony, ziemniaki z wody, surówka z marchewki.	Kisiel, częśćka gruszki.
Środa 26.05.2021	Pieczywo mieszane wiejskie i pełnoziarniste 1) z masłem 7), szynką delikatesową z kurczaka, serem żółtym 7), ogórek, herbata z mlekiem 7).	Barszcz czerwony 9) na udkach z kurczaka z ziemniakami i śmietaną 7).	Ryż z jabłkiem i cynamonem.	Banan, ogórek świeży-słupki.- słupki.
Czwartek 27.05.2021	Kasza manna na mleku 1)7), pieczywo żytnie 1) z masłem 7), kielbasą drobiową, pomidor.	Ziemniaczana 9) na udźcu z indyka.	Bitki duszone w sosie własnym 1), kasza bulgur 1), surówka z selera 9) i jabłka w jogurcie naturalnym 7).	Koktajl truskawkowy na bazie jogurtu naturalnego 7), częśćka kiwi.
Piątek 28.05.2021	Bułka grahamka 1) z masłem 7), pastą z makreli i twarogu 4)7), szynką z Komina, rzodkiewka, herbata z mlekiem 7).	Jarzynowa 9) na wywarze warzywnym z ziemniakami i śmietaną 7).	Kotlet 1) ziemniaczany, ryż na sypko, mizeria 7).	Sałatka owocowa, chrupki kukurydziane.

Tydzień 5:31.05.2021				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 31.05.2021	Pieczywo mieszane wiejskie i razowe 1) z masłem 7), kurczakiem gotowanym, serkiem śmietankowym 7), kiełki, herbata z mlekiem 7).	Fasolowa 9) na skrzydle z indyka z ziemniakami i śmietaną 7).	Makaron z sosem twarogowo-jogurtowym 1)7).	Jabłko, marchewka-słupki.

WYKAZ POTRAW I SPIS PRODUKTÓW MAJ 2021

PIECZYWO:

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

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

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

rozmaitości 20 g: żyto krojone 60%, woda, mąka razowa, drożdże, sól

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

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

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), cykoria, burak cukrowy - 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.

Szynka z Komina 20 g: mięso wieprzowe (87%), woda, sól, cukier, ekstrakty przypraw, aromaty, substancja konserwująca azotyn sodu.

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

Kielbasa 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.

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

Biała kielbasa 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:

Brokułowa na skrzydle z indyka z ryżem i śmietaną: skrzydło z indyka, woda, sól, marchew, pietruszka, seler, por, brokuł, ryż, 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%

Gulaszowa z ziemniakami: mięso wieprzowe, woda, sól, pieprz, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, ziemniaki

Pomidorowo- marchewkowa krem z kluseczkami i śmietaną: woda, liść laurowy, czosnek, sól, marchew, pietruszka, seler, por, pomidory z puszki, koncentrat pomidorowy, makaron Lubella, olej rzepakowy, śmietana 12%

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

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

Barszcz czerwony na mięsie wieprzowym z ziemniakami i śmietaną: mięso wieprzowe, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, buraki, ziemniaki, śmietana 18%

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

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

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

Ogórkowa na udziec z indyka z ziemniakami i śmietaną: udziec z indyka, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, ogórki kiszzone, ziemniaki, śmietana 18%

Jarzynowa na mięsie wieprzowym z ziemniakami i śmietaną: mięso wieprzowe, woda, sól, marchew, pietruszka, seler, por, brokuł, kalafior, ziemniaki, śmietana 18%

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

Kalafiorowa- krem na wywarze warzywnym z grzankami: woda, liść laurowy, czosnek, sól, marchew, pietruszka, seler, por, kalafior, olej rzepakowy, grzanki

Pomidorowa na skrzydle z indyka z ryżem i śmietaną: skrzydła z indyka, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, koncentrat pomidorowy, ryż paraboliczny, śmietana 18%

Barszcz czerwony na udkach z kurczaka z ziemniakami i śmietaną: udka z kurczaka, woda, liść laurowy, sól, marchew, pietruszka, seler, por, buraki, ziemniaki, śmietana 18%

Ziemniaczana na udźcu z indyka: udziec z indyka, woda, liść laurowy, sól, cebula, por, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki

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

Fasolowa na skrzydle z indyka z ziemniakami i śmietaną: udziec z indyka, woda, liść laurowy, sól, cebula, por, marchew, pietruszka, seler, fasolka szparagowa, 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:

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

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

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

Pierogi z białym serem i śmietaną: mąka pszenna, twaróg półtłusty, sól, śmietana 18 %, cukier

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

Tagiatelle ze szpinakiem w sosie śmietanowym: makaron tagiatelle, szpinak, natka pietruszki, cebula, czosnek, sól, pieprz, olej rzepakowy, śmietana 30 %

Pulpety w sosie pomidorowym: mięso wieprzowo- drobiowe, sól, pieprz, bułka tarta, cebula, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy

Makaron z sosem truskawkowym i śmietaną: makaron Lubella (mąka z pszenicy durum), truskawki mrożone, śmietana 12%, sól, cukier

Gulasz wieprzowy: mięso wieprzowe, marchew, cebula, sól, pieprz, olej rzepakowy

Pierś z kurczaka po parysku: filet z piersi kurczaka, jajka, mąka pszenna, sól, pieprz, olej rzepakowy

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

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

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

Ryż z jabłkiem i cynamonem: ryż paraboliczny, jabłka, cynamon

Bitki duszone w sosie własnym: mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, sól, pieprz, olej rzepakowy

Makaron z sosem twarogowo- jogurtowym: makaron Lubella (mąka z pszenicy durum), twaróg półtłusty, jogurt naturalny, sól, cukier

Pulpet z morszczuka w sosie pomidorowym: filet z morszczuka, sól, pieprz, bułka tarta, natka pietruszki, marchew, koncentrat pomidorowy

Pulpet z morszczuka w sosie śmietanowo- chrzanowym: filet z morszczuka, sól, pieprz, bułka tarta, koperek, śmietana 12 %, chrzan tarty, 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 jajeczny: jajka, szczypiorek, bułka tarta, marchew, sól, pieprz, olej rzepakowy

Kotlet ziemniaczany: ziemniaki, cebula, natka pietruszki, bułka tarta, sól, pieprz, 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:

Coleslow: kapusta biała, marchew, natka pietruszki, olej rzepakowy, śmietana 12%, sól, pieprz

Z marchewki i ananasa: marchew, ananas, cukier, sok z cytryny

Kapusta kiszona: kapusta kiszona, marchewka, natka pietruszki, olej rzepakowy, cukier

Z marchewki i jabłka w śmietanie: marchew, jabłka, śmietana 12%, sok z cytryny, cukier

Fasolka szparagowa z masłem i bułką tartą: fasolka szparagowa, masło, bułka tarta, sól

Z marchewki: marchew, sok z cytryny, cukier

Z sałaty lodowej, ogórka, pomidora w ziołowym dresingu: sałata lodowa, ogórek świeży, pomidor, zioła prowansalskie, natka pietruszki, olej rzepakowy

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

Warzywa na parze: brokuł, kalafior, marchew, sól, olej rzepakowy, zioła prowansalskie

Wiosenna w jogurcie naturalnym: sałata, rzodkiewka, szczypiorek, sok z cytryny, cukier, jogurt naturalny

Z marchewki: marchew, sok z cytryny, cukier

Z selera, jabłka w jogurcie naturalnym: seler, jabłka, sok z cytryny, jogurt naturalny

Mizeria: ogórek świeży, śmietana 12%, sól, koperek

PODWIECZORKI:

Jogurt naturalny 150 ml: mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz L. acidophilus i Bifidobacterium lactis

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

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

Koktajl truskawkowy na bazie jogurtu naturalnego: jogurt naturalny, truskawki

Koktajl brzoskwiniowy na bazie jogurtu naturalnego: jogurt naturalny, brzoskwinie

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

Deser ryżowy na mleku: ryż paraboliczny, mleko 2% spożywcze homogenizowane, cukier, sól, cynamon

Smoothie owocowo-warzyne: sok jabłkowy, kiwi, szpinak, banan

Wafelek ryżowy 20 g: ryż brązowy 100%

Chrupki kukurydziane 15 g: kaszka kukurydziana 100%

Salatka owocowa: jabłko, gruszka, banan, kiwi

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

Ciasto „Zebra”: mąka pszenna, kakao, olej rzepakowy, soda oczyszczona, cukier

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	1000	990	950	1080	950
Białko	34	35	33	35	35
Tłuszcze	36	33	29	31	34
Węglowodany	134	141	139	140	132

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 w żywieniu dziecka nie powinno się ograniczać produktów alergizujących, chyba, że występuje wyraźne wskazanie lekarza.