

MENU PAŹDZIERNIK 2024

Tydzień 1				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Wtorek 01.10.2024	Płatki kukurydziane z mlekiem 7), pieczywo żytnie 1) z masłem 7), szynką delikatesową z kurczaka , warzywa mieszane .	Brokułowa 9) na udźcu z indyka z ziemniakami i śmietaną 7).	Gołąbki 1) na krótko w sosie pomidorowym z ziemniakami, buraczki tarte z jabłkiem i cebulką.	Koktajl truskawkowy na bazie jogurtu naturalnego 7), cząstka banana.
Środa 02.10.2024	Pieczywo mieszane wiejskie i graham 1) z masłem 7), serem żółtym 7), kiełbasą drobiową, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Koperkowa 9) na mięsie wieprzowym z ziemniakami i śmietaną 7).	Risotto 1) z warzywami i kurczakiem.	Budyń 3)7), cząstka pomarańczy.
Czwartek 03.10.2024	Parówki, pieczywo żytnie 1) z masłem 7), pastą z twarogu 7), warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Rosół 9) z kury z makaronem 1).	Nugettsy 1)3), puree ziemniaczane 7), surówka z kapusty pekińskiej w śmietanie 7).	Jogurt naturalny z owocami 7), cząstka gruszki.
Piątek 04.10.2024	Pieczywo mieszane wiejskie i razowe 1) z masłem 7), pastą jajeczno- serową 3)7), szynką wieprzową, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Kalafiorowa 9) na wywarze warzywnym z ziemniakami i śmietaną 7).	Filet z mintaja 1)3)4), kasza bulgur 1), mizeria 7).	Galaretko owocowa, arbu.

Tydzień 2				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 07.10.2024	Pieczycywo mieszane wiejskie i rozmaitości 1), z masłem 7), serkiem śmietankowym 7), kurczakiem gotowanym, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Jarzynowa 9) na udkach z kurczaka z makaronem 1) i śmietaną 7).	Pierogi 1) z mięsem i duszoną cebulką.	Deser ryżowy na mleku 7), cząstka gruszki.
Wtorek 08.10.2024	Owsianka na mleku 1)7), pieczywo żytnie 1) z masłem 7), szynką z Komina, warzywa mieszane.	Barszcz czerwony 9)1) skrzydło z indyka z ziemniakami i śmietaną 7).	Kotlet mielony 1)3), ziemniaki z wody, surówka z marchewki i jabłka w śmietanie 7).	Banan, chrupki kukurydziane.
Środa 09.10.2024	Pieczycywo mieszane wiejskie i graham 1) z masłem 7), żółtym serem 7), szynką delikatesową z kurczaka, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Żurek 1)9) z białą kiełbasą i ziemniakami.	Makaron z truskawkami i śmietaną 1)7).	Jabłko, marchewka- słupki.
Czwartek 10.10.2024	Jajecznica na mleku 3)7), pieczywo żytnie 1) z masłem 7), kiełbasą drobiową, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Ogórkowa 9) na mięsie wieprzowym ziemniakami i śmietaną 7).	Kurczak pieczony, ryż na sypko, surówka coleslaw 7).	Jogurt naturalny z owocami 7), cząstka kiwi.
Piątek 11.10.2024	Pieczycywo mieszane wiejskie i rozmaitości 1), z masłem 7), białym serem 7), szynką wieprzową, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Pomidorowa 9) na wywarze warzywnym z makaronem 1) i śmietaną 7).	Paluszki rybne 1)4), puree ziemniaczane 7), surówka z kiszzonej kapusty.	Ciasto ze śliwkami 1)3), cząstka pomarańczy.

Tydzień 3				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 14.10.2024	Pieczywo mieszane wiejskie i różności 1) z masłem 7), twarogiem wiejskim 7), szynką wieprzową, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Koperkowa 9) na udkach z kurczaka z ryżem i śmietaną 7).	Penne w sosie napoli z tartym serem 1)7).	Gruszka, ogórek świeży- słupki.
Wtorek 15.10.2024	Kasza jaglana z owocami, pieczywo żytnie 1) z masłem 7), pastą z twarogu 7), warzywa mieszane.	Fasolkowa 9) na mięsie wieprzowym z ziemniakami.	Pierś z kurczaka w panierce 1)3), puree ziemniaczane 7), marchewka duszona z groszkiem.	Koktajl bananowy na bazie jogurtu naturalnego 7), śliwka.
Środa 16.10.2024	Pieczywo mieszane wiejskie i graham1) z masłem 7), pasztetem pieczonym 1), serem żółtym 7), warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Wiejska 9) z kiełbasą i ziemniakami.	Naleśniki z twarogiem, brzoskwinia i śmietaną 1)3)7).	Jabłko, marchewka- słupki.
Czwartek 17.10.2024	Płatki kukurydziane z mlekiem 7), pieczywo żytnie 1) z masłem 7), szynką Pasieki, warzywa mieszane.	Minestrone 9) na udźcu z indyka z ziemniakami.	Schab duszony w sosie własnym 1), kasza pęczak 1), surówka z białej rzodkwi, kapusty i koperku w śmietanie 7).	Jogurt naturalny z owocami 7), arbuz.
Piątek 18.10.2024	Pieczywo mieszane wiejskie i razowe 1) z masłem 7), pastą z jajeczno- serową 3)7), kiełbasą drobiową, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Dyniowa 9)- krem na wywarze warzywnym ze śmietaną 7).	Filet z morskuszka 1)4), ziemniaki z wody, surówka z kapusty pekińskiej, papryki i kukurydzy w śmietanie 7).	Budyń 7), cząstka jabłka.

Tydzień 4				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 21.10.2024	Pieczycywo mieszane wiejskie i rozmaitości 1) z masłem 7), serem żółtym 7), szynką delikatesową z kurczaka, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Pomidorowa 9) na skrzydle z indyka z makaronem 1) i śmietaną 7).	Kluski leniwe z masłem i bułką tartą 1)3)7), surówka z marchewki i ananasa.	Banan, ogórek świeży- słupki.
Wtorek 22.10.2024	Jajecznica na mleku 3)7), pieczywo żytnie z masłem 7), szynką wieprzową, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Ogórkowa 9) na udkach z kurczaka z ziemniakami i śmietaną 7).	Gulasz 1) z udźca indyka, kasza kuskus 1), mizeria 7).	Koktajl brzoskwiniowy na bazie jogurtu naturalnego 7), cząstka pomarańczy.
Środa 23.10.2024	Pieczycywo mieszane wiejskie i graham1) z masłem 7), kiełbasą drobiową, twarogiem owocowym 7), warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Jarzynowa 9) na skrzydle indyka z ziemniakami i śmietaną 7).	Leczo z kiełbasą i ziemniakami.	Jogurt naturalny z musli 7)1), cząstka jabłka.
Czwartek 24.10.2024	Kasza manna na mleku 1)7), pieczywo żytnie 1) z masłem 7) i szynką z Komina, warzywa mieszane.	Barszcz czerwony 9)1) na udkach z kurczaka z ziemniakami i śmietaną 7).	Pieczeń rzymska 1), ziemniaki z wody, surówka z sałaty, ogórka i rzodkiewki w śmietanie 7).	Gruszka , talarek ryżowy.
Piątek 25.10.2024	Pieczycywo mieszane wiejskie i rozmaitości 1) z masłem 7), pastą z makreli i twarogu 4)7), kurczakiem gotowanym, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Kapuśniak 9) na wywarze warzywnym z ziemniakami.	Placki ziemniaczane ze śmietaną 1)3)7).	Ciasto marchewkowe 1), cząstka kiwi.

Tydzień 5				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 28.10.2024	Pieczywo mieszane wiejskie i różności 1) z masłem 7), serkiem śmietankowym 7), szynką z Pasieki, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Fasolkowa 9) na udźcu z indyka z ryżem.	Pierogi z owocami i śmietaną 1)7).	Jabłko, marchewka- słupki.
Wtorek 29.10.2024	Owsianka 1) z owocami, pieczywo żytnie 1) z masłem 7), szynką delikatesową z kurczaka, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Soczewicowa 9) na mięsie wieprzowym.	Pierś z kurczaka w białym sosie 7), ryż na sypko, buraczki tarte z jabłkiem i cebulką.	Koktajl truskawkowy na bazie jogurtu naturalnego 7), cząstka gruszki.
Środa 30.10.2024	Pieczywo mieszane wiejskie i różności 1) z masłem 7), pastą z twarogu 7), kiełbasą drobiową, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Brokułowa 9) na udkach z kurczaka z ziemniakami i śmietaną 7).	Spaghetti bolognese 1).	Kasza manna na mleku z sosem owocowym 1)7), cząstka pomarańczy.
Czwartek 31.10.2024	Płatki kukurydziane z mlekiem 7), pieczywo żytnie 1) z masłem 7), szynką wieprzową, warzywa mieszane.	Koperkowa 9) na skrzydle z indyka z ziemniakami i śmietaną 7).	Bitki duszone w sosie własnym 1), kasza bulgur 1), surówka coleslaw 7).	Banan, chrupki kukurydziane.

WYKAZ POTRAW I SPIS PRODUKTÓW

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

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: makreła wędzona (zmiksowana), twaróg biały, jogurt naturalny

Pasta z twarogu: twaróg półtłusty, śmietana 12 %, szczypiorek, sól, pieprz czarny

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

Twarożek owocowy 30 g: twaróg, konfitura owocowa

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

Konfitura owocowa 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 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.

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. 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, bułka tarta.

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:

Jarzynowa na skrzydłach z indyka z ryżem i śmietaną: skrzydła z indyka, woda, por, marchew, pietruszka, seler, kalafior, brokuł, koperek, ryż paraboliczny, pieprz, sól, liść laurowy, śmietana 12 %

Kapuśniak na mięsie wieprzowym z ziemniakami: mięso wieprzowe, woda, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, por, koperek, ziemniaki, sól, pieprz

Koperkowa na udkach kurczaka z ziemniakami i śmietaną: udka z kurczaka, woda, sól, por, marchew, pietruszka, seler, koperek, ziemniaki, pieprz, liść laurowy, śmietana 12 %

Krupnik na udźcu z indyka z kaszą jęczmienną i z ziemniakami: udziec z indyka, woda, czosnek, marchew, pietruszka, seler, por, kasza jęczmienna, ziemniaki, sól, pieprz, liść laurowy, olej rzepakowy

Minestrone na wywarze warzywnym z ryżem: woda, marchewka, biała kapusta, cukinia, seler, pietruszka, groszek zielony, czosnek, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, ryż paraboliczny, olej rzepakowy

Pomidorowa na udźcu z indyka z makaronem i śmietaną: udziec z indyka, woda, por, marchew, pietruszka, seler, sól, koncentrat pomidorowy, makaron, śmietana 12 %

Ogórkowa na skrzydle z indyka z ziemniakami i śmietaną: skrzydła z indyka, woda, marchew, pietruszka, seler, por, koperek, ogórki kiszzone, ziemniaki, sól, śmietana 18%

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

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

Owocowa z makaronem i śmietaną: woda, owoce mieszane, makaron Lubella (mąka z pszenicy durum), cynamon, sól, cukier, śmietana 12 %

Koperkowa na udkach kurczaka z ryżem i śmietaną: udka z kurczaka, woda, sól, por, marchew, pietruszka, seler, koperek, ryż paraboliczny, pieprz, liść laurowy, śmietana 12 %

Soczewicowa na mięsie wieprzowym z ziemniakami: mięso wieprzowe, woda, marchew, pietruszka, seler, por, soczewica, ziemniaki, sól, śmietana 18%

Żurek z białą kielbasą i ziemniakami: biała kielbasa, mięso wieprzowe, zakwas żytni, woda, marchew, pietruszka, seler, por, liść laurowy, ziele angielskie, ziemniaki

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

Krem z białych warzyw na wywarze warzywnym z kleksem śmietany: woda, por, marchew, pietruszka, seler, kalafior, ziemniaki, czosnek, sól, pieprz, liść laurowy, olej rzepakowy, śmietana 12 %

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

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

Jarzynowa na skrzydle z indyka z ziemniakami i śmietaną: skrzydła z indyka, woda, por, marchew, pietruszka, seler, kalafior, brokuł, koperek, ziemniaki, pieprz, sól, liść laurowy, śmietana 12 %

Pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem i śmietaną: woda, por, czosnek, marchew, pietruszka, seler, sól, koncentrat pomidorowy, makaron, śmietana 12 %, olej rzepakowy

Fasolkowa na udźcu z indyka z ryżem i śmietaną: udziec z indyka, woda, por, marchew, pietruszka, seler, fasolka szparagowa, ryż paraboliczny, sól, pieprz, liść laurowy, śmietana 12 %

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:

Kluski leniwe z masłem i bułką tartą: twaróg półtłusty, jajka, mąka pszenna, masło, sól, cukier, śmietana 12 %, bułka tarta

Gulasz z udźca z indyka: udziec z indyka, marchew, sól, pieprz, papryka słodka, cebula, olej rzepakowy, mąka pszenna

Leczo z kielbasą i ziemniakami: papryka, cukinia, cebula, kielbasa podwawelska, koncentrat pomidorowy, sól, zioła prowansalskie, olej rzepakowy, ziemniaki

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

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

Kotlet schabowy: schab wieprzowy, sól, pieprz, jajka, bułka tarta, olej rzepakowy

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

Kurczak pieczony: pałki kurczaka, sól, pieprz, zioła prowansalskie, olej rzepakowy

Makaron a la carbonara: makaron Lubella (mąka z pszenicy durum), szynka wieprzowa, śmietanka 30 %, natka pietruszki, pieprz, sól

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

Naleśniki z twarogiem, brzoskwinią i śmietaną : mąka pszenna, mleko 2 %, jajka, twaróg półtłusty, brzoskwinie, śmietana 12 %

Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym: mięso wieprzowe, jajka, bułka tarta, sól pieprz, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, cebula, olej rzepakowy

Pierogi z owocami i śmietaną: mąka pszenna, woda, truskawki, sól, śmietana 12 %

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

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

Schab pieczony w sosie własnym: schab wieprzowy, sól, pieprz, olej rzepakowy, cebula, mąka pszenna

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

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 (papryka i kurkuma), drożdże

Makaron z łososiem i warzywami w sosie twarogowo- śmietanowym: makaron Lubella (mąka z pszenicy durum), twaróg półtłusty, śmietana 30%, łosoś, szpinak, sól, pieprz, olej rzepakowy

Filet z morszczuka: filet z morszczuka, sól, pieprz, bułka tarta, jajka, olej rzepakowy

Placki ziemniaczane ze śmietaną: ziemniaki tarte, mąka pszenna, jajka, sól, pieprz, śmietana 12 %

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

Makarony 50 g

Mięso 80 g

Surówka 80 g

Naleśniki 150 g

Pierogi 150 g

Ryba 80 g

SURÓWKI:

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

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

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

Z marchewki i jabłka ze śmietaną: marchewka, jabłka, sok z cytryny, cukier, śmietana 12 %

Coleslaw: kapusta biała, sól, pieprz, cukier, olej rzepakowy, jogurt naturalny

Z białej rzodkwi, kapusty i koperku w śmietanie: biała rzodkiew, biała kapusta, koperek, sól, śmietana 12 %

Z selera i jabłka w śmietanie: seler, jabłka, śmietana 12 %, sok z cytryny, sól, cukier

Z kapusty kiszanej: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, natka pietruszki

Marchewka duszona z groszkiem: marchew, groszek zielony, sól, cukier

Z sałaty, ogórka i rzodkiewki w śmietanie: sałata, ogórek świeży, rzodkiewka, koperek, sól, śmietana 18 %

PODWIECZORKI:

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

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.

Koktajl brzoskwiniowy na bazie jogurtu naturalnego: jogurt naturalny, brzoskwinie

Koktajl bananowy na bazie jogurtu naturalnego: jogurt naturalny, banany

Koktajl truskawkowy na bazie jogurtu naturalnego: jogurt naturalny, truskawki

Smoothie warzywno- owocowe: sok jabłkowy, szpinak, ogórek

Deser ryżowy na mleku: ryż paraboliczny, mleko 1,5%, cukier waniliowy, cynamon

Kasza manna na mleku z sokiem owocowym: kasza manna, mleko 1,5%, sos wiśniowy

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

Jogurt naturalny z owocami: jogurt naturalny, musli (płatki pszenne), banan, gruszka

Ciasto czekoladowe z gruszką: mąka pszenna, olej rzepakowy, cukier, sól, soda oczyszczona, cynamon

Ciasto ze śliwkami: mąka pszenna, śliwki, olej rzepakowy, cukier, sól, soda oczyszczona, cynamon

Wafelek ryżowy 20 g: ryż brązowy 100%

Chrupki kukurydziane 15 g: kaszka kukurydziana 100%

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	1070	1050	1010	1060	1090
Białko	34	35	33	34	35
Tłuszcze	35	34	33	36	37
Węglowodany	137	136	134	139	141

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 mogą być 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.