

Menu marzec 2026

Tydzień 1				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 02.03.2026	Pieczywo mieszane wiejskie i rozmaitości 1) z masłem 7), twarożkiem wiejskim 7), szynką z Pasieki, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Pomidorowa 9) na udźcu z indyka z ryżem i śmietaną 7).	Pierogi 1) z owocami i śmietaną.	Jabłko, ogórek - słupki.
Wtorek 03.03.2026	Płatki kukurydziane z mlekiem 7), pieczywo żytnie 1) z masłem 7), szynką delikatesową z kurczaka, warzywa mieszane.	Kapuśniak 9) na mięsie wieprzowym z ziemniakami.	Gulasz z udźca z indyka 1), kasza jęczmienna, buraczki tarte z jabłkiem.	Koktajl truskawkowy na bazie jogurtu naturalnego 7), cząstka gruszki.
Środa 04.03.2026	Pieczywo mieszane wiejskie i graham 1) z masłem 7), serem żółtym 7), jajko na twardo 3), warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Rosół 9) z kury z makaronem 1).	Con carne z ryżem.	Budyń 3)7), cząstka kiwi.
Czwartek 05.03.2026	Parówki, pieczywo żytnie 1) z masłem 7), pastą z twarogu 7), warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Krupnik 9) na udźcu z indyka z kaszą jęczmienną 1) i ziemniakami.	Pierś z kurczaka w panierce 1)3), puree ziemniaczane 7), surówka z marchewki ze śmietaną7	Pankejki 1,3,7), cząstka banana.
Piątek 06.03.2026	Pieczywo mieszane wiejskie i razowe 1) z masłem 7), pastą jajeczno- serową 3)7), szynką wieprzową, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Krem 9) z pieczonych ziemniaków z kleksem śmietany 7) i grzankami.	Burger rybny 1)3)4), z ziemniakami, surówka z kiszanej kapusty.	Kisiel owocowy, cząstka pomarańczy.

Tydzień 2				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 09.03.2026	Pieczyczo mieszane wiejskie i rozmaitości 1), z masłem 7), serkiem śmietankowym 7), kurczakiem gotowanym, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Jarzynowa 9) na skrzydłach z indyka z ryżem i śmietaną 7).	Makaron 1) ze szpinakiem w sosie śmietanowym 7).	Jabłko, marchewka słupki
Wtorek 10.03.2026	Kasza manna na mleku 1)7), pieczywo żytnie 1) z masłem 7), szynką z Komina, warzywa mieszane.	Ogórkowa 9) na udkach kurczaka z ziemniakami i śmietaną 7).	Kotlet mielony1)3), puree ziemniaczane 7), surówka z marchewki i jabłka ze śmietaną 7).	Smoothie warzywno-owocowe na bazie soku jabłkowego, cząstka kiwi.
Środa 11.03.2026	Pieczyczo mieszane wiejskie i graham 1) z masłem 7), żółtym serem 7), szynką delikatesową z kurczaka, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Gulaszowa 9) z ziemniakami.	Ryż z jabłkiem.	Jogurt naturalny z musli 7)1), cząstka gruszki.
Czwartek 12.03.2026	Jajecznica na mleku 3)7), pieczywo żytnie 1) z masłem 7), szynką drobiową, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Grochowa na mięsie wieprzowym z ziemniakami.	Kurczak pieczony, ziemniaki z wody, surówka coleslaw 7).	Banan, chrupki kukurydziane.
Piątek 13.03.2026	Pieczyczo mieszane wiejskie i rozmaitości 1), z masłem 7), białym serem 7), szynką wieprzową, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Owocowa z makaronem 1) i śmietaną 7).	Filet z morszczuka 1)4), puree ziemniaczane, surówka z czerwonej kapusty ze śmietaną7).	Ciasto z jabłkami 1), cząstka pomarańczy.

Tydzień 3				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 16.03.2026	Pieczywo mieszane wiejskie i różności 1) z masłem 7), twarogiem wiejskim 7), szynką Pasieki, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Minestrone 9) na wywarze warzywnym z ryżem.	Makaron a la carbonara 1)7).	Kisiel owocowy, częśćka mandarynki
Wtorek 17.03.2026	Owsianka 1) z owocami, pieczywo żytnie 1) z masłem 7), pastą z twarogu 7), warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Soczewicowa 9) na mięsie wieprzowym z ziemniakami.	Nugetty 1)3), ziemniaki z wody, buraczki zasmażane.	Koktajl bananowy na bazie jogurtu naturalnego 7), częśćka kiwi.
Środa 18.03.2026	Pieczywo mieszane wiejskie i graham1) z masłem 7), pasztetem pieczonym 1), serem żółtym 7), warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Rosół 9) z kury z makaronem 1).	Naleśniki z twarogiem, brzoskwinia i śmietaną 1)3)7).	Jabłko, marchewka- słupki.
Czwartek 19.03.2026	Płatki kukurydziane z mlekiem 7), pieczywo żytnie 1) z masłem 7), kurczakiem gotowanym, warzywa mieszane.	Żurek 1)9) z białą kiełbasą i ziemniakami.	Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym 1)3), kasza pęczak 1), surówka z czerwonej kapusty.	Jogurt naturalny z owocami 7), częśćka gruszki.
Piątek 20.03.2026	Pieczywo mieszane wiejskie i razowe 1) z masłem 7), pastą z jajeczno- serową 3)7), szynką wieprzową, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Krem pomidorowy ze śmietaną 7).	Paluszki rybne 1)4), puree ziemniaczane 7), surówka z kiszanej kapusty.	Panekjki1, 3,7), częśćka pomarańczy.

Tydzień 4				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 23.03.2026	Pieczyno mieszane wiejskie i rozmaitości 1) z masłem 7), serem żółtym 7), szynką delikatesową z kurczaka, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Wiejska 9) z kiełbasą i ziemniakami.	Kluski leniwe z masłem i bułką tartą 1)3)7), surówka z marchewki i ananasa.	Banan, ogórek świeży- słupki.
Wtorek 24.03.2026	Jajecznica na mleku 3)7), pieczywo żytnie z masłem 7), szynką wieprzową, warzywa mieszane,	Ogórkowa 9) na mięsie wieprzowym z ziemniakami i śmietaną 7).	Kotlet pożarski 1)3), ziemniaki z wody, marchewka duszona z groszkiem.	Koktajl brzoskwiowy na bazie jogurtu naturalnego 7), cząstka pomarańczy.
Środa 25.03.2026	Pieczyno mieszane wiejskie i graham1) z masłem 7), szynką drobiową, twarożkiem owocowym 7), warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Jarzynowa 9) na skrzydle indyka z ziemniakami i śmietaną 7).	Spaghetti bolognese 1).	Jogurt naturalny z musli 7)1), cząstka jabłka.
Czwartek 26.03.2026	Kasza manna na mleku 1,7), pieczywo żytnie 1) z masłem 7) i szynką z Komina, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Barszcz czerwony 9) na udku kurczaka z ziemniakami i śmietaną 7).	Bitki duszone w sosie własnym 1), kopytka1), buraczki tarte z jabłkiem.	Gruszka , talarek ryżowy.
Piątek 27.03.2026	Pieczyno mieszane wiejskie i rozmaitości 1) z masłem 7), pastą z makreli i twarogu 4)7), kurczakiem gotowanym, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Pomidorowa 9) na wywarze warzywnym z makaronem 1) i śmietaną 7).	Placki ziemniaczane ze śmietaną 1)3)7).	Ciasto czekoladowe 1) z gruszką, cząstka mandarynki.

Tydzień 5				
Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad: zupa	Obiad: II danie	Podwieczorek
Poniedziałek 30.03.2026	Pieczyno mieszane wiejskie i rozmaitości 1) z masłem 7), serkiem śmietankowym 7), szynką Komina, warzywa mieszane, herbata z mlekiem 7).	Fasolkowa 9) na udźcu z indyka z ziemniakami.	Makaron w sosie twarogowo-jogurtowym 1)7).	Jabłko, marchewka- słupki.
Wtorek 31.03.2026	Płatki kukurydziane z mlekiem 7), pieczywo żytnie 1) z masłem 7), szynką delikatesową z kurczaka , warzywa mieszane .	Rosół 9) z kury z makaronem 1).	Gołąbki 1) na krótko w sosie pomidorowym z ziemniakami, buraczki tarte z jabłkiem.	Koktajl truskawkowy na bazie jogurtu naturalnego 7), cząstka banana.

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: makrela 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 ryżem i śmietaną: udziec z indyka, woda, por, marchew, pietruszka, seler, sól, koncentrat pomidorowy, ryż, 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%

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

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 %

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

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

Krem z pieczonych ziemniaków z kleksem śmietany i grzankami: woda, ziemniaki, sól, pieprz, śmietanka30%

Krem pomidorowy ze śmietaną: składniki: woda, makaron 100% pszenicy durum (mąka z pszenicy twardej Triticum Durum),, marchew, pietruszka, seler, por, koncentrat pomidorowy, śmietana 12 % (mleko), sól, czosnek, bazylija

Grochowa na mięsie wieprzowym z ziemniakami, składniki: woda, łopata, groch, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, sól.

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, brzoskwinia 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

Krokiety z mięsem: Mąka pszenna, jaja, sól, olej, woda, wieprzowina /łopatka/cebula, pieprz czarny, warzywa w tym seler, bułka tarta.

Con carne ; mięso mielone(łopatka), koncentrat pomidorowy, fasola czerwona, papryka, przyprawy.

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

Bitki duszone w sosie własnym: schab wieprzowy, sól, pieprz, czosnek, mąka pszenna, olej rzepakowy

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

Makaron ze szpinakiem w sosie śmietanowym: makaron Lubella (mąka z pszenicy durum), szpinak, sól, pieprz, olej rzepakowy, czosnek, śmietanka 30 %

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

Burger rybny: filety z Mintaja 72%, panierka sypka(mąka pszenna, sól, mąka ryżowa, czarny pieprz, drożdże) woda, olej słonecznikowy, mąka pszenna, skrobia z grochu, pietruszka 0,7%, koncentrat soku z cytryny, sól, czarny pieprz.

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

Makaron 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 %

Coleslow: 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 kiszonej: 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

Panekjki: mąka pszenna, mleko 2 %, jajka, soda oczyszczona, sól.

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	1090	1095	1050	1100	1010
Białko	34	33	34	35	30
Tłuszcze	33	34	32	35	31
Węglowodany	139	139	137	140	136

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 gorczycy.

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 gorczycy.

UWAGA

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