

PODSTAWOWA

Poniedziałek 31.03	Wtorek 01.04	Środa 02.04	Czwartek 03.04	Piątek 04.04
Śniadanie				
<p>chleb pszenno-żytni – 2 kromki wędlina wieprzowa – 30 g masło - 10 g rzodkiewka – 30 g</p> <p>(gluten, mleko, soja, seler)</p> <p>kakao na mleku 200 ml</p>	<p>chleb pszenno-żytni – 2 kromki ser żółty – 30 g masło – 10 g ogórek- 30 g</p> <p>(gluten, mleko, gorczyca)</p> <p>herbata owocowa 200 ml</p>	<p>chleb żytni razowy – 2 kromki wędlina drobiowa – 30 g masło - 10 g papryka – 30 g</p> <p>(gluten, mleko, sezam, orzechy arachidowe)</p> <p>kawa zbożowa 200 ml</p>	<p>bułka kajzerka – 55 g twarożek z rzodkiewką - 50 g masło - 10 g sałata – 10 g</p> <p>(gluten, mleko)</p> <p>herbata owocowa 200 ml</p>	<p>chleb żytni razowy – 2 kromki jajecznica – 60 g masło - 10 g pomidor – 30 g</p> <p>(gluten, mleko, sezam, orzechy arachidowe, jaja)</p> <p>herbata czarna 200 ml</p>
Obiad				
<p>zupa jarzynowa - 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, mleko, seler, gorczyca)</p> <p>makaron z serem i śmietanką - 230 g (gluten, mleko)</p> <p>kompot jabłkowy 200 ml</p>	<p>krem z białych warzyw– 250 ml grzanki – 15 g (gluten, mleko, jaja, seler)</p> <p>ryba panierowana - 80 g ziemniak - 150 g surówka z pora – 70 g (ryba, jaja, gluten, gorczyca)</p> <p>kompot wiśniowy 200 ml</p>	<p>zupa koperkowa – 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (seler, mleko, gluten, gorczyca)</p> <p>kotlet mielony - 80 g ziemniak - 150 g buraczki zasmażane – 70 g (gluten, jaja)</p> <p>kompot wieloowocowy 200 ml</p>	<p>rosół z makaronem nitki - 250 ml (gluten, seler, jaja)</p> <p>udko pieczone – 1 szt. ziemniak – 150 g pomidor z cebulką – 70 g</p> <p>kompot wiśniowy 200 ml</p>	<p>zupa z fasolki szparagowej- 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, seler, gorczyca, mleko)</p> <p>pyzy ziemniaczane z sosem warzywnym –200 g (jaja, mleko)</p> <p>kompot wieloowocowy 200 ml</p>
Podwieczorek				
<p>koktajl truskawkowy – 150 ml wafel kukurydziany – 1 szt. (mleko)</p>	<p>kanapka z wędliną – 1 szt. (gluten, mleko, seler, soja)</p>	<p>banan – 1 szt.</p>	<p>ciasto czekoladowe z jabłkiem – 50 g (jaja, gluten)</p>	<p>gofr z pudrem - 1 szt. (jaja, gluten, tubin)</p>

Poniedziałek 31.03	Wtorek 01.04	Środa 02.04	Czwartek 03.04	Piątek 04.04
Śniadanie				
<p>[<u>mąka pszenna</u>, zakwas żytni (mąka <u>żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>]</p> <p>(mięso wieprzowe, woda, <u>białko sojowe</u>, sól, stabilizator, sacharoza, <u>laktoza</u>, hydrolizat białka roślinnego, przeciwutleniacz, <u>seler</u>)</p> <p>(83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>)</p> <p>rzodkiewka</p> <p>(<u>mleko - mleko pasteryzowane</u>, mikrofiltrowane, świeże, zawartość tłuszczu 2%, <u>kakao - produkt może zawierać soję i gluten</u>)</p>	<p>[<u>mąka pszenna</u>, zakwas żytni (mąka <u>żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>]</p> <p>(<u>mleko pasteryzowane</u>, sól spożywcza, stabilizator; chlorek wapnia, kultury bakterii mlekowych, podpuszczka mikrobiologiczna)</p> <p>(83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>)</p> <p>ogórek</p> <p>(herbata czarna, aromat, truskawka (0,9%), malina (0,6%), czerwona porzeczka (0,6%), jeżyna (0,3%), wiśnia (0,3%))</p>	<p>(<u>mąka żytnia</u>, zakwas naturalny, <u>otręby pszenne</u>, <u>mąka pszenna</u>, woda, drożdże, sól, może zawierać śladowe ilości <u>sezamu i orzechów arachidowych</u>)</p> <p>(mięso z piersi kurczaka, skrobia ziemniaczana, stabilizator, sól, przyprawy)</p> <p>(83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>)</p> <p>papryka</p> <p>(mleko pasteryzowane, mikrofiltrowane, świeże, zawartość tłuszczu 2%, kawa inka (<u>zboża 72%</u>, <u>jęczmień, żyto</u>, cykoria, burak cukrowy - prażone)</p>	<p>(<u>mąka pszenna</u>, woda, drożdże, olej roślinny (rzepakowy), sól, cukier, odtłuszczone <u>mleko w proszku</u>, bezwodny tłuszcz mleczny, <u>mąka ze słodu pszennego</u>, gluten <u>pszenny</u>, dekstroza, mąka ze <u>słodu jęczmiennego</u>, środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy)</p> <p>[<u>twaróg</u> (mleko pasteryzowane, kultury bakterii kwasu mlekowego,), <u>śmietana 12%</u> (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych), rzodkiewka]</p> <p>(83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>)</p> <p>sałata</p> <p>(herbata czarna, aromat,</p>	<p>(<u>mąka żytnia</u>, zakwas naturalny, <u>otręby pszenne</u>, <u>mąka pszenna</u>, woda, drożdże, sól, może zawierać śladowe ilości <u>sezamu i orzechów arachidowych</u>)</p> <p>(<u>jajko</u>, <u>masło</u>, sól, pieprz)</p> <p>(83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>)</p> <p>pomidor</p> <p>(woda, herbata czarna)</p>
Obiad				

<p>[woda, ziemniak, kalafior, marchew, brokuł, fasola szparagowa, <u>seler</u>, por, <u>śmietana 12%</u>, (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych) cebula, olej rzepakowy, koperek, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)]</p> <p>[<u>mąka pszenna</u>, zakwas żytni (mąka <u>żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>]</p> <p>(makaron – <u>mąka pszenna</u>, woda, <u>twaróg</u> (<u>mleko pasteryzowane</u>, kultury bakterii kwasu mlekowego), <u>śmietana 12%</u> (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych, sól)</p>	<p>[woda, pietruszka, por, ziemniak, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, korzeń <u>s selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)]</p> <p>(<u>mąka pszenna</u>, olej rzepakowy, ekstrakt słodowy <u>jęczmienny</u>, serwatka w <u>proszku</u> (z mleka), sól, cukier, drożdże, <u>jaja</u> w proszku, emulgator: lecytyna słonecznikowa)</p> <p>[<u>ryba miruna</u>, sól, pieprz, <u>jajko</u>, (<u>bułka tarta – mąka pszenna</u>, sól, drożdże, olej rzepakowy)]</p> <p>ziemniak</p> <p>(kapusta biała, majonez (olej rzepakowy, woda, <u>żółtka jaj</u>, musztarda- zawiera <u>gorczyce</u>, cukier), por, cukier, sól, pieprz czarny, regulator kwasowości)</p> <p>(woda, wiśnie mrożone, cukier)</p>	<p>[woda, ziemniaki, koperek, marchew, pietruszka, <u>śmietana 12%</u> (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych) przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)]</p> <p>[<u>mąka pszenna</u>, zakwas żytni (mąka <u>żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>]</p> <p>[mięso mielone z łopatki wieprzowej, cebula, <u>jajko</u>, <u>bułka tarta</u> (<u>mąka pszenna</u>, sól, drożdże), sól, pieprz]</p> <p>ziemniak</p> <p>(buraki czerwone, cebula, olej, <u>mąka pszenna</u>, sól, cukier, pieprz)</p> <p>(woda, śliwka, czarna porzeczka, jabłko, truskawka, wiśnia mrożone)</p>	<p>[woda, udko z kurczaka, makaron (<u>mąka pszenna</u>, semolina, może zawierać <u>jaja</u>), marchew, cebula, pietruszka, por, <u>seler</u>, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)]</p> <p>[udko z kurczaka, przyprawy (papryka, oregano, tymiankiem) olej rzepakowy]</p> <p>ziemniak</p> <p>(pomidor, cebulka, pieprz czarny)</p> <p>(woda, wiśnie mrożone, cukier)</p>	<p>[woda, ziemniak, marchew, fasola szparagowa, <u>seler</u>, pietruszka, por, <u>śmietana 12%</u>, (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych) cebula, olej rzepakowy, koperek, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)]</p> <p>[<u>mąka pszenna</u>, zakwas żytni (mąka <u>żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>]</p> <p>(ziemniak, mąka ziemniaczana, <u>jajko</u>, <u>śmietana 12%</u> (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych, sól), cukinia, marchewka, por, pietruszka, <u>mąka pszenna</u>, sól, pieprz)</p> <p>(woda, śliwka, czarna porzeczka, jabłko, truskawka,</p>
<h3>Podwieczorek</h3>				

<p>[(<u>jogurty naturalny - mleko pasteryzowane</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych), truskawka, cukier]</p> <p>(kukurydza pełnoziarnista, grys kukurydziany, sól morską)</p>	<p>[<u>mąka pszenna</u>, zakwas żytni (mąka <u>żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy]</p> <p>(mięso wieprzowe, woda, <u>białko sojowe</u>, sól, stabilizator, sacharoza, <u>laktoza</u>, hydrolizat białka roślinnego, przeciwutleniacz, <u>seler</u>)</p> <p>(83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>)</p>	<p>banan</p>	<p>(<u>mąka</u>, <u>jaja</u>, cukier, olej, jabłko <u>kakao</u>, pdp)</p>	<p>(<u>jaja</u>, cukier, <u>mąka pszenna</u>, olej rzepakowy, tłuszcz roślinny, <u>mąka łubinowa</u>, sól)</p>
--	--	--------------	---	--