

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 22-06-2020	Chleb pszenno-żytni 50g z masłem 5g, ser żółty 20g, ogórek 20g, herbata z cytryną ( <b>pszenica, żyto, mleko</b> ) 274,60 kcal OWOC ok100kcal	Krem brokułowy z groszkiem ptysiowym 250g ( <b>mleko, seler</b> ) Pierogi z mięsem 220 g ( <b>mleko, pszenica, jaja</b> ) Kompot wieloowocowy 507,2 kcal	Truskawki 100g Biszkopty 20g ( <b>pszenica, jaja, mleko</b> ) 159,4 kcal
<b>WTOREK</b> 23-06-2020	Płatki kukurydziane z mlekiem 200g, chleb żytni 30g z masłem 5g, krakowska sucha 20g, rzodkiewka 5g ( <b>pszenica, żyto, mleko</b> ) 294,1 kcal WARZYWO ok100kcal	Barszcz czerwony z jajkiem 250 g ( <b>pszenica, gorczyca, mleko, seler</b> ) Pulpety drobiowe z sosem koperkowym, ryż, mini marchewka 80g, 100g, 80g ( <b>pszenica, jaja, mleko</b> ) Kompot wieloowocowy 591,7 kcal	Kanapka z pastą marchewkową 20g i ogórkiem 20g ( <b>pszenica, jaja, mleko</b> ) Herbata owocowa 130,6 kcal
<b>ŚRODA</b> 24-06-2020	Butka grahamka 50g z masłem 5g, pasta mięsno-warzywna 20g, sałata 5g bawarka ( <b>pszenica, gorczyca, mleko</b> ) 262,5 kcal OWOC ok100kcal	Rosół z makaronem 250g ( <b>pszenica, mleko, seler</b> ) Kotlet schabowy z ziemniakami, kapusta zasmażana 80g, 100g, 80g ( <b>pszenica, jaja, mleko</b> ) Kompot wieloowocowy 583,2 kcal	Koktajl gruszkowo-bananowy 120g, precel $\frac{1}{2}$ ( <b>pszenica, jaja, mleko</b> ) 147,5 kcal
<b>CZWARTEK</b> 25-06-2020	Musli z mlekiem 200g, chleb wieloziarnisty 30g, szynka drobiowa 20g, pomidor 10g ( <b>pszenica, żyto, mleko</b> ) 291,1 kcal WARZYWO ok100kcal	Zupa ogórkowa z ryżem 250g ( <b>mleko, seler</b> ) Makaron z białym serem i sosem waniliowym 220g ( <b>pszenica, mleko</b> ) Kompot wieloowocowy 577,5 kcal	Kisiel owocowy 120g, Jabłko ( <b>pszenica, jaja, mleko</b> ) 165,5 kcal
<b>PIĄTEK</b> 26-06-2020	Chleb krakowski 50g z masłem 5g, pasta jajeczna 20g, szczypiorek 5g ( <b>pszenica, żyto, jaja, mleko</b> ) herbata z cytryną 287,3 kcal OWOC ok100kcal	Krupnik jęczmienny 250g ( <b>pszenica, jaja, mleko, seler</b> ) Pieczona ryba z ziemniakami i kiszoną kapustą 80g, 100g, 80g ( <b>pszenica, jaja, ryba- miruna, mleko</b> ) Kompot wieloowocowy 529,2 kcal	Drożdżówka z serem 1 szt, kakao ( <b>pszenica, jaja, mleko</b> ) 154,3 kcal

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie: zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, orkisz), jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacji, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny (E220).

Menu opracowała dietetyk Paulina Dobrowolska zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016r.

Kuchnia zastrzega sobie prawo do zmian w menu

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 29-06-2020	Chleb pszenno-żytni 50g z masłem 5g, pasztet 20g, pomidor 20g, herbata z cytryną ( <b>pszenica, żyto, mleko</b> ) 274,60 kcal      OWOC ok100kcal	Zupa grysikowa 250g ( <b>pszenica, jaja, mleko, seler</b> ) Gulasz wieprzowy z ziemniakami, ogórek kiszony 150g, 100g, 80g ( <b>mleko, jęczmień, seler</b> ) Kompot wieloowocowy 507,2 kcal	Weka 50g z masłem 5g, mix warzyw 20g, herbata owocowa ( <b>pszenica, mleko</b> ) 136,1 kcal
<b>WTOREK</b> 30-06-2020	Płatki kukurydziane z mlekiem 200g, chleb wiejski 30g z masłem 5g, szynka drobiowa 20g, rzodkiewka 5g ( <b>pszenica, żyto, mleko</b> ) 278,4 kcal      WARZYWO ok100kcal	Zupa ziemniaczana 250g ( <b>seler</b> ) Gołąbki z mięsem i kapustą z sosem pomidorowym 250g ( <b>pszenica, jaja, mleko</b> ) Kompot wieloowocowy 599,0 kcal	Galaretka owocowa 120g, chrupki kukurydziane 5g ( <b>pszenica, mleko</b> ) 180,80 kcal
<b>ŚRODA</b> 01-07-2020	Chleb krakowski 50g z masłem 5g, parówka 20g, ketchup 5g, papryka 20g, herbata z cytryną ( <b>pszenica, gorczyca, mleko</b> ) 275,4 kcal      OWOC ok100kcal	Rosół z makaronem 250g ( <b>pszenica, seler</b> ) Kurczak ala kfc z ziemniakami, sałatka colesław 80g, 100g, 80g ( <b>seler, pszenica, jaja</b> ) Kompot wieloowocowy 579,5 kcal	Domowe ciasto czekoladowe 60g, kakao ( <b>pszenica, jaja, mleko</b> ) 177,2 kcal
<b>CZWARTEK</b> 02-07-2020	Płatki owsiane z mlekiem 200g, chleb wieloziarnisty 30g, z twarogiem 20g i dżemem 10g ( <b>pszenica, żyto, mleko</b> ) 299,1 kcal      WARZYWO ok100kcal	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250g ( <b>mleko, seler</b> ) Spaghetti bolonese 220g ( <b>pszenica, mleko, seler</b> ) Kompot wieloowocowy 569,8 kcal	Banan 1 szt, wafle ryżowe 2 szt (-) 178 kcal
<b>PIĄTEK</b> 03-07-2020	Chleb krakowski 50g z masłem 5g, pasta rybna 20g, ogórek kiszony 20g ( <b>pszenica, żyto, ryba-sardynki, mleko</b> ) herbata owocowa 287,3 kcal      OWOC ok100kcal	Zupa pomidorowa z ryżem 250g ( <b>pszenica, mleko, seler</b> ) Owsiane leniwe z bułką tartą 220g ( <b>pszenica, jaja, mleko</b> ) Kompot wieloowocowy 529,2 kcal	Sernik na zimno z pomarańczą i rodzynkami 120g, herbatniki 20g ( <b>pszenica, jaja, mleko</b> ) 159,8 kcal

Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie: zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, orkisz), jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacji, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny (E220).

Menu opracowała dietetyk Paulina Dobrowolska zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016r.

Kuchnia zastrzega sobie prawo do zmian w menu