

DATA	ZUPA / II DANIE	Kalorie
PONIEDZIAŁEK 14.10.2024	<p>zupa gulaszowa + chleb <u>pszemno- żytni</u> paluszki z ryby miruna + ziemniaki + buraczki z chrzanem kompot</p> <p>Zupa gulaszowa szynka wieprzowa papryka słodka marchew pieczarka papryka 3 kolorowa cebula papryka ostra, papryka słodka kminek czosnek sól, pieprz, olej rzepakowy mąka <u>pszenna</u>, Chleb <u>pszemno- żytni</u> mąka <u>pszenna</u> ,żytnia Paluszki z ryby miruna ryba miruna, sól pieprz sok z cytryny mąka <u>pszenna</u> jaja ,olej rzepakowy ratyfikowany bułka tarta mąka <u>pszenna</u> ziemniaki Buraczki z chrzanem buraczki sok z cytryny ocet jabłkowy pasteryzowany chrzan świeży sól cukier Kompot czarna porzeczka, cukier ,</p>	<p>Kcal 690 B 25,19 g T 29,54 g W 99,19 g</p>
WTOREK 15.10.2024	<p>zupa zalewajka z ziemniakami i kielbasą + chleb <u>pszemno- żytni</u> medaliony drobiowe z indyka z serem mozarella + ryż z carry + surówka hamburgerowa kompot</p> <p>Zupa zalewajka z ziemniakami i kielbasą ziemniaki, marchew por, pietruszka, cebula czosnek ,zakwas żytni lubczyk tymianek, pieprz ,ziele angielskie liść laur. Seler , sól, mąka <u>pszenna</u>, masło extra <u>mleko</u> pietruszka natka śmietana <u>mleko</u> Chleb <u>pszemno- żytni</u> mąka <u>pszenna</u> ,żytnia Medaliony drobiowe z indyka z serem mozarella filet z indyka jaja papryka słodka sól pieprz ser mozarella <u>mleko</u> cebula czosnek zielona pietruszka mąka <u>pszenna</u> olej rzepakowy ryż z carry surówka hamburgerowa marchewka kapusta , pietruszka zielona cukier, sól, chrzan ocet jabłkowy pieprz olej rzepakowy Kompot czarna porzeczka cukier</p>	<p>Kcal 629 B 25,09 g T 19,41 g W 99,72 g</p>
ŚRODA 16.10.2024	<p>zupa pieczarkowa z makaronem + chleb <u>pszemno- żytni</u> kotlet mielony + ziemniaki + surówka z kapusty białej kompot</p> <p>Zupa pieczarkowa z makaronem tusza kurczak ,pieczarka marchew, pietruszka, <u>seler</u>, por, cebula sól, pieprz, czosnek natka pietruszki, śmietana <u>mleko</u> chleb <u>pszemno- żytni</u> mąka <u>pszenna</u> ,żytnia , Kotlet mielony mięso wieprzowe z szynki , jajka , bułka <u>pszenna</u> <u>mleko</u> bułka tarta, (mąka <u>pszenna</u> mąka drożdże ,woda, sól) czosnek ,cebula, sól ,pieprz , natka pietruszki , olej rzepakowy ziemniaki surówka z kapusty białej kapusta biała , pietruszka zielona cukier, sól, pieprz , sok z cytryny jogurt naturalny <u>mleko</u> Kompot czarna porzeczka cukier</p>	<p>Kcal 575 B 29,19 g T 25,44 g W 85,19 g</p>
CZWARTEK 17.10.2024	<p>zupa krupnik + chleb <u>pszemno- żytni</u> bigos + bułka kajzerka kompot</p> <p>Zupa Krupnik Kasza <u>jęczmienna</u>- pęczak , tusza z kurczaka, sól, ziemniaki marchew <u>seler</u> pietruszka, por cebula, <u>śmietana</u> ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki Chleb <u>pszemno-</u> <u>żytni</u> mąka <u>pszenna</u> ,żytnia Bigos Bigos mięso wieprzowe z szynki mięso drobiowe udka cebula kapusta świeża kapusta kiszona pieprz sól czosnek pulpa pomidorowa- pomidory kwasek cytrynowy marchew, pietruszka korzeń liść ziele Kielbasa swojska pilzneńska Tesco Finest - mięso wieprzowe, tłuszcz wieprzowy, czosnek, sól, przyprawy, cukier bułka kajzerka Kompot czarna porzeczka, cukier</p>	<p>Kcal 658 B 56,95 g T 30,06 g W 65,5 g</p>
PIĄTEK 18.10.2024	<p>zupa kapuśniak zabelany + chleb <u>pszemno- żytni</u> makaron z serem kompot</p> <p>Zupa kapuśniak zabelany wywar warzywny marchew ,ziemniaki pietruszka, <u>seler</u>, por, cebula, czosnek liść ziele sól, pieprz, natka pietruszki, kapusta biała świeża, śmietana <u>mleko</u> Chleb <u>pszemno- żytni</u> mąka <u>pszenna</u> , Makaron z serem makaron dwujajeczny mąka durum <u>pszenna</u> jaja masło extra -mleko sól ser biały <u>mleko</u> Kompot z czarnej porzeczki czarna porzeczka, cukier</p>	<p>Kcal 698 B 28,81 g T 15,32 g W 100,04 g</p>

<p>PONIEDZIAŁEK 21.10.2024</p>	<p style="text-align: center;">rosół z makaronem pulpety wieprzowe gotowane w sosie pomidorowym + kasza jęczmienna surówka hamburgerowa kompot</p> <p>Rosół z makaronem kurczak, marchew pietruszka, <u>seler</u>, por, cebula, czosnek, sól, pieprz, natka pietruszki <u>makaron nitki</u> dwujajeczny mąka <u>pszenna</u> <u>jaja</u> Pulpety wieprzowe gotowane w sosie pomidorowym mięso wieprzowe z szynki <u>pszenna śmietana</u>, <u>jajka</u>, bułka <u>pszenna mleko</u> bułka tarta, <u>pszenna</u>, cebula, sól, pieprz, olej rzepakowy pomidorowy przecier <u>kasza jęczmienna surówka hamburgerowa</u> marchewka, kapusta, pietruszka zielona cukier, sól, chrzan ocet jabłkowy pieprz olej <u>Kompot</u> czarna porzeczka jabłka, cukier</p>	<p>Kcal 646 B 28,47 g T 10,87 g W 100,55 g</p>
<p>WTOREK 22.10.2024</p>	<p style="text-align: center;">zupa pomidorowa + chleb pszenno- żytni rumsztyk + kasza kuskus + surówka z kapusty kompot</p> <p>Zupa Pomidorowa tusza z kurczaka pieprz sól ryż czosnek pulpa pomidorowa- (pomidory kwas cytrynowy), marchew, pietruszka korzeń cebula, por <u>seler</u>, śmietana <u>mleko Chleb pszenno- żytni</u> mąka <u>pszenna żytnia</u> <u>Rumsztyk</u> mięso wieprzowe <u>jaja</u> papryka słodka sól pieprz cebula czosnek zielona pietruszka mąka <u>pszenna</u> olej rzepakowy <u>kasza kuskus surówka z kapusty</u> jabłka kapusta biała pietruszka zielona cukier, sól, pieprz, sok z cytryny olej rzepakowy % liść ziele cebula <u>jogurt naturalny mleko</u> <u>Kompot</u> czarna porzeczka, cukier, woda</p>	<p>Kcal 625 B 29,19 g T 25,44 g W 105,19 g</p>
<p>ŚRODA 23.10.2024</p>	<p style="text-align: center;">zupa grysikowa na rosole + chleb pszenno- żytni makaron penne z sosem serowym i kurczakiem kompot</p> <p>Zupa grysikowa na rosole kurczak, kasza manna mąka <u>pszenna</u> marchew pietruszka ziemniaki <u>seler</u>, por, cebula, czosnek, sól, pieprz, natka pietruszki <u>Chleb pszenno- żytni</u> mąka <u>pszenna żytnia</u> makaron penne z sosem serowym i kurczakiem dwujajeczny mąka <u>pszenna jaja</u> filet z kurczaka sól pieprz papryka słodka czosnek cebula ziele liść mąka <u>pszenna śmietana mleko</u> <u>Kompot</u> czarna porzeczka, cukier, woda</p>	<p>Kcal 595 B 33,29 g T 21,65 g W 91,65 g</p>
<p>CZWARTEK 24.10.2024</p>	<p style="text-align: center;">kwaśnica z pomidorami przetartymi i kielbasą i ziemniakami + chleb pszenno- żytni pierogi ukraińskie z serem kompot</p> <p>Kwaśnica z pomidorami przetartymi i kielbasą i ziemniakami wywar warzywny marchew, ziemniaki pietruszka, <u>seler</u>, por, cebula, czosnek pulpa pomidorowa - pomidory kwas cytrynowy liść ziele sól, pieprz, natka pietruszki, <u>śmietana</u> Kielbasa swojska <u>chleb pszenno- żytni</u> mąka <u>pszenna żytnia</u> sól <u>Pierogi ukraińskie z serem</u> ciasto na pierogi - <u>jaja</u> mąka <u>pszenna mleko</u> <u>Farsz</u> - ser biały <u>mleko</u> ziemniaki sól pieprz cebula olej rzepakowy masło extra <u>mleko</u> <u>surówka z marchewki</u> marchewka jabłka cytryna sól cukier <u>olej rzepakowy</u> <u>Kompot</u> czarna porzeczka, cukier,</p>	<p>Kcal 605 B 22,11 g T 19,56 g W 85,74g</p>
<p>PIĄTEK 25.10.2024</p>	<p style="text-align: center;">zupa wiosenna + chleb pszenno- żytni makaron świderki z tuńczykiem kompot</p> <p>Zupa wiosenna tusza kurczak marchew, pietruszka ziemniaki kalafior brokuły groszek zielony <u>seler</u>, por, cebula, czosnek, sól, pieprz liść laur. ziele ang. natka pietruszki śmietana <u>mleko</u> makaron dwujajeczny mąka <u>pszenna jaja</u> <u>Chleb pszenno- żytni</u> mąka <u>pszenna żytnia</u> <u>Makaron świderki z tuńczykiem</u> kukurydza tuńczyk oliwa z oliwy cebula makaron dwujajeczny mąka <u>pszenna jaja</u> pieprz <u>Kompot</u> czarna porzeczka, cukier</p>	<p>Kcal 654 B 28,81 g T 15,32 g W 99,04 g</p>

Składniki alergenne mogące powodować alergie lub reakcje nietolerancji zostały wytłuszczone i podkreślone .