

DATA	ZUPA / II DANIE/	Kalorie
PONIEDZIAŁEK 17.03.2025	<p>krupnik + chleb <u>pszemno- żytni</u> pulpety gotowane w sosie pomidorowym + kasza burgur + warzywa parowane kompot</p> <p>Krupnik Kasza <u>jęczmienna</u>- tusza z kurczaka, sól, ziemniaki marchew <u>seler</u> pietruszka, por cebula ziele angielskie, liść lauowy, natka pietruszki Chleb <u>pszemno-żytni</u> mąka <u>pszenna</u> , mąka <u>żytnia</u> , drożdże, woda, sól Pulpety gotowane w sosie pomidorowym mięso wieprzowe <u>jaja</u> papryka słodka sól pieprz cebula czosnek mąka <u>pszenna</u> olej rzepakowy kasza burgur warzywa parowane brokuł kalafior mini marchewka Kompot czarna porzeczka, cukier</p>	Kcal 1127
WTOREK 18.03.2025	<p>fasolka po bretońsku + chleb <u>pszemno- żytni</u> filet z kurczaka w panierce + ryż z kurkumą + surówka z kapusty białej i buraka kompot</p> <p>Fasolka po bretońsku wywar warzywny cebula, czosnek, pietruszka, <u>seler</u>, natka pietruszki, ,sól, pieprz fasola , marchew, Kiełbasa swojska pilzneńska Tesco Finest - mięso wieprzowe, tłuszcz wieprzowy, pulpa pomidorowa – pomidory kwas cytrynowy czosnek, sól, przyprawy, cukier Chleb <u>pszemno- żytni</u> mąka <u>pszenna</u> , mąka <u>żytnia</u> , drożdże, woda, sól Filet z kurczaka w panierce filet z kurczaka panierka: <u>jaja</u> mąka <u>pszenna</u>, bułka tarta, <u>pszenna</u> sól pieprz olej rzepakowy mąka <u>pszenna</u> ryż z kurkumą surówka z kapusty białej i buraka jabłka kapusta biała cukier, sól, pieprz sok z cytryny olej rzepakowy jogurt naturalny <u>mleko</u> Kompot czarna porzeczka, cukier</p>	Kcal 1124
ŚRODA 19.03.2025	<p>rosół z makaronem + chleb <u>pszemno- żytni</u> kotlety z ryby miruna + ziemniaki + surówka z kiszzonej kapusty kompot</p> <p>Rosół z makaronem kurczak, marchew pietruszka, <u>seler</u>, por, cebula, czosnek, sól, pieprz, natka pietruszki makaron nitki dwujajeczny mąka <u>pszenna</u> <u>jaja</u> Kotlety z ryby miruna <u>ryba miruna</u> sól pieprz sok z cytryny mąka <u>pszenna</u> <u>jaja</u>,olej rzepakowy ratyfikowany bułka tarta. (mąka <u>pszenna</u> drożdże ,woda, sól ziemniaki . Surówka z kiszzonej kapusty kiszona kapusta, marchew, jabłko, cebula, zielona pietruszka, olej rzepakowy .sól cukier Kompot wiśnia jabłko cukier ,</p>	Kcal 1061
CZWARTEK 20.03.2025	<p>barszcz czerwony ukraiński + chleb <u>pszemno- żytni</u> gołąbki bez zawijania z mięsem w sosie + sos kompot</p> <p>Barszcz czerwony ukraiński wywar warzywny fasola <u>seler</u>, marchew, por, ziemniaki pietruszka buraczki ćwikłowe cebula, pieprz .czosnek majeranek sól ziele ang liść lauowy, ziel pietruszka <u>seler</u>, <u>śmietana</u> mąka <u>pszenna</u> ocet jabłkowy Chleb <u>pszemno- żytni</u> mąka <u>pszenna</u> , mąka <u>żytnia</u> , drożdże, woda, sól Gołąbki bez zawijania z mięsem w sosie mięso mielone wieprzowe szynka ryż cebula , sól ,pieprz, kapusta biała mąka <u>pszenna</u> ,olej rzepakowy sos pulpa pomidorowa – pomidory kwas cytrynowy papryka słodka papryka ostra chili sól cebula czosnek liść lauowy ziele angielskie śmietana <u>mleko</u> Kompot czarna porzeczka, cukier ,</p>	Kcal 1154
PIĄTEK 21.03.2025	<p>pomidorowa z makaronem + chleb <u>pszemno- żytni</u> łazanki z kapustą kompot</p> <p>Pomidorowa z makaronem tusza z kurczaka pieprz sól czosnek pulpa pomidorowa -pomidory kwas cytrynowy, marchew pietruszka korzeń, cebula, por <u>seler</u> śmietana <u>mleko</u> makaron dwujajeczny mąka <u>pszenna</u> <u>jaja</u> łazanki z kapustą makaron cebula kapusta świeża kiszona masło extra <u>mleko</u> łącznie z laktoza sól pieprz makaron dwujajeczny mąka <u>pszenna</u> <u>jaja</u> Kompot czarna porzeczka cukier</p>	Kcal 1053

<p>PONIEDZIAŁEK 24.03.2025</p>	<p style="text-align: center;">zupa ryżowa na rosole + chleb pszenno- żytni bigos + bułka kompot</p> <p>Zupa ryżowa na rosole kurczak, ryż marchew pietruszka <u>seler</u>, por, cebula, czosnek, sól, pieprz, natka pietruszki Chleb pszenno- żytni mąka <u>pszenna</u> , mąka <u>żytnia</u> , drożdże, woda, sól Bigos Bigos mięso wieprzowe z szynki, mięso drobiowe udka cebula kapusta świeża kapusta kiszona pieprz sól czosnek pulpa pomidorowa- pomidory kwas cytrynowy marchew, pietruszka korzeń liść ziele Kielbasa swojska pilzneńska Tesco Finest - mięso wieprzowe, tłuszcz wieprzowy, czosnek, sól, przyprawy, cukier bułka pszenna 1 szt mąka <u>pszenna</u> drożdże, woda, sól kompot czarna porzeczka, cukier</p>	<p>Kcal 1099</p>
<p>WTOREK 25.03.2025</p>	<p style="text-align: center;">zupa kapuśniak na świeżej kapusty + chleb pszenno- żytni stripsy w płatkach kukurydzianych + ryż paraboliczny + surówka marchewki kompot</p> <p>Zupa kapuśniak na świeżej kapusty 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 pszenno- żytni mąka <u>pszenna</u> , mąka <u>żytnia</u> , drożdże, woda, sól Stripsy w płatkach kukurydzianych filet z indyka mąka <u>pszenna</u> jaja panierka: jaja mąka <u>pszenna</u> , płatki kukurydziane bułka tarta, <u>pszenna</u> sól pieprz olej rzepakowy ryż paraboliczny surówka marchewki marchewka jabłka cytryna olej rzepakowy sól cukier Kompot czarna porzeczka jabłka, cukier woda</p>	<p>Kcal 1086</p>
<p>ŚRODA 26.03.2025</p>	<p style="text-align: center;">zupa wiosenna z makaronem + chleb pszenno- żytni rumsztyk + ziemniaki + kapusta zasmażana kompot</p> <p>Zupa wiosenna z makaronem kurczak tusza marchew por, pietruszka, cebula czosnek , lubczyk tymianek, pieprz ziele angielskie liść laur. <u>Seler</u> , sól, mąka <u>pszenna</u> , masło extra <u>mleko</u> pietruszka natka śmietana <u>mleko</u> Chleb pszenno- żytni mąka <u>pszenna</u> , mąka <u>żytnia</u> , drożdże, woda, sól Rumsztyk mięso wieprzowe jaja papryka słodka sól pieprz cebula czosnek mąka <u>pszenna</u> olej rzepakowy ziemniaki kapusta zasmażana kiszona kapusta, marchew, jabłko, cebula, zielona pietruszka, olej rzepakowy .sól cukier pieprz Kompot wiśnia jabłko cukier ,</p>	<p>Kcal 1103</p>
<p>CZWARTEK 27.03.2025</p>	<p style="text-align: center;">zupa z soczewicy + chleb pszenno- żytni paluszki z ryby + kasza jęczmienna + surówka z kiszonej kapusty kompot</p> <p>Zupa z soczewicy wywar warzywny ziemniaki cebula, czosnek, pietruszka, <u>seler</u>, natka pietruszki, ,sól, pieprz soczewica , marchew, makaron dwujajeczny mąka <u>pszenna</u> jaja Kielbasa swojska pilzneńska Tesco Finest - mięso wieprzowe, tłuszcz wieprzowy, czosnek, sól, przyprawy, cukier Paluszki z ryby miruna ryba sól pieprz sok z cytryny mąka <u>pszenna</u> jaja,olej rzepakowy ratyfikowany bułka tarta. (mąka <u>pszenna</u> drożdże ,woda, sól kasza jęczmienna Surówka z kiszonej kapusty kiszona kapusta, marchew, jabłko, cebula, zielona pietruszka, olej rzepakowy .sól cukier Kompot wiśnia jabłko cukier</p>	<p>Kcal 1171</p>
<p>PIĄTEK 28.03.2025</p>	<p style="text-align: center;">zupa pomidorowa z ryżem + chleb pszenno- żytni pierogi z ziemniakami i serem kompot</p> <p>Zupa Pomidorowa z ryżem tusza z kurczaka ryż pieprz sól czosnek pulpa pomidorowa -pomidory kwas cytrynowy, marchew pietruszka korzeń, cebula, por <u>seler</u> śmietana <u>mleko</u> Chleb pszenno- żytni mąka <u>pszenna</u> , mąka <u>żytnia</u> , drożdże, woda, sól Pierogi z ziemniakami i serem ciasto na pierogi - jaja mąka <u>pszenna</u> <u>mleko</u> łącznie z laktozą sól Farsz - ser biały <u>mleko</u> ziemniaki sól pieprz cebula olej rzepakowy masło extra <u>mleko</u> Kompot owocowy wiśnia porzeczka jabłko cukier ,</p>	<p>Kcal 1034</p>

PONIEDZIAŁEK
31.03.2025

zupa jarzynowa na zacierce + chleb pszemno- żytni
gulasz wieprzowy + makaron + surówka hamburgerowa
kompot

Kcal 1017

Zupa jarzynowa na zacierce tuszka z kurczaka kalafior szparagówka brokuł marchew, pietruszka, seler zacierka cebula, czosnek, oliwa z oliwek natka pietruszki por, mąka pszenna, śmietana sól, pieprz, ziele angielskie, liść **Chleb pszemno- żytni** (zboża zawierające gluten) mąka pszenna mąka żytnia , **Gulasz wieprzowy** szynka papryka marchew cebula papryka ostra, papryka słodka kminek czosnek sól, pieprz, olej rzepakowy mąka pszenna makaron surówka hamburgerowa marchewka , kapusta , pietruszka zielona cukier, sól ,chrzan ocet jabłkowy pieprz olej **Kompot** czarna porzeczka, cukier

Zgodne z rozp.§1 pkt.4 Składniki alergenne mogące powodować alergie lub reakcje nietolerancji zostały wytłuszczone i podkreślone