

DATA	ZUPA / II DANIE	Kalorie
PONIEDZIAŁEK 11.11.2024	Dzień wolny	
WTOREK 12.11.2024	<p>zupa pomidorowa z ryżem + chleb <u>pszemno- żytni</u> makaron z 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 seler5% , śmietana mleko Zott Primo śmietana kultury bakterii) mąka pszenna Chleb pszemno- żytni (zboża zawierające gluten) mąka pszenna ,mąka żytnia drożdże, woda, sól Makaron z serem makaron dwujajeczny mąka durum pszenna jaja masło extra -mleko sól ser biały mleko Kompot z czarnej porzeczki czarna porzeczka, cukier woda</p>	<p>Kcal 629 B 25,09 g T 19,41 g W 99,72 g</p>
ŚRODA 13.11.2024	<p>zupa kapuśniak + chleb <u>pszemno- żytni</u> rumszyk + ziemniaki + surówka z kapusty kompot</p> <p>Zupa kapuśniak wywar warzywny marchew ,ziemniaki pietruszka, seler, por, cebula, czosnek liść ziele sól, pieprz, natka pietruszki, kapusta biała świeża, śmietana mleko Chleb pszemno- żytni mąka pszenna Rumszyk mięso wieprzowe jaja papryka słodka sól pieprz cebula czosnek zielona pietruszka mąka pszenna olej rzepakowy ziemniaki surówka z kapusty jabłka kapusta biała pietruszka zielona cukier, sól, pieprz sok z cytryny olej rzepakowy liść ziele cebula jogurt naturalny mleko Kompot czarna porzeczka, cukier</p>	<p>Kcal 675 B 29,19 g T 25,44 g W 85,19 g</p>
CZWARTEK 14.11.2024	<p>barszcz czerwony ukraiński + chleb <u>pszemno- żytni</u> gołąbki pieczone z mięsem w sosie pomidorowo paprykowym kompot</p> <p>Barszcz czerwony ukraiński wywar warzywny fasola seler, marchew, por, ziemniaki pietruszka buraczki ćwikłowe ,cebula, kielbasa swojska,(skład mięso wieprzowe szynka łopatka ,mięso wołowe pieprz .czosnek świeży majeranek , sól morską ,woda 10%),ziele angielskie, czosnek, liść laurowy, zielona pietruszka ,seler, śmietana mąka pszenna ocet jabłkowy Chleb pszemno- żytni mąka pszenna ,mąka żytnia drożdże, woda, sól Gołąbki pieczone z mięsem w sosie pomidorowo paprykowym mięso mielone wieprzowe szynka ryż cebula , sól ,pieprz, kapusta biała mąka pszenna ,olej rzepakowy sos pulpa pomidorowa – pomidory kwas cytrynowy papryka słodka papryka ostra chili sól cebula czosnek liść laurowy ziele angielskie śmietana mąka Kompot czarna porzeczka, cukier</p>	<p>Kcal 658 B 56,95 g T 30,06 g W 65,5 g</p>
PIĄTEK 15.11.2024	<p>zupa pieczarkowa + chleb <u>pszemno- żytni</u> paluszki z ryby miruna + ziemniaki + surówka z kiszzonej kapusty kompot</p> <p>Zupa pieczarkowa tusza kurczak ,pieczarka marchew, pietruszka, seler, por, cebula sól, pieprz, czosnek natka pietruszki, śmietana mleko chleb pszemno- żytni mąka pszenna ,żytnia Paluszki z ryby miruna ryba sól pieprz sok z cytryny mąka pszenna jaja, olej rzepakowy ratyfikowany bułka tarta. (mąka pszenna drożdże ,woda, sól ziemniaki Surówka z kiszzonej kapusty kiszona kapusta, marchew, jabłko, cebula, zielona pietruszka, olej rzepakowy .sól cukier Kompot wiśnia jabłko cukier, woda</p>	<p>Kcal 698 B 28,81 g T 15,32 g W 100,04 g</p>
PONIEDZIAŁEK 18.11.2024	<p>zupa brokułowa + chleb <u>pszemno- żytni</u> gulasz wieprzowy + kasza gryczana + surówka marchewki z chrzanem kompot</p>	<p>Kcal 646 B 28,47 g T 10,87 g W 100,55 g</p>

	<p>Zupa brokułowa kurczak tusza brokuł ryż , marchew por, pietruszka marchew , cebula, czosnek , lubczyk , tymianek, pieprz ,ziele angielskie liść laur Seler, sól, mąka pszenna., masło extra mleko pietruszka natka śmietana mleko Chleb pszenno- żytni zboża zawierające gluten) gluten mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, woda, sól Gulasz wieprzowy szynka papryka marchew cebula papryka ostra, papryka słodka kminek czosnek sól, pieprz, olej rzepakowy mąka pszenna Kasza gryczana surówka marchewki z chrzanem marchewka jabłka cytryna olej rzepakowy sól Kompot czarna porzeczka, cukier</p>	
<p>WTOREK 19.11.2024</p>	<p>zupa wiosenna z makaronem + chleb pszenno- żytni kotlet mielony + kasza jęczmienna + surówka z kapusty białej kompot</p> <p>Zupa wiosenna z makaronem kurczak tusza marchew por, pietruszka, cebula czosnek , lubczyk tymianek, pieprz ,ziele angielskie liść laur. Seler , sól, mąka pszenna., masło extra mleko pietruszka natka śmietana mleko Chleb pszenno- żytni (zboża zawierające gluten) mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, woda , Kotlet mielony mięso wieprzowe z szynki , jajka , bułka pszenna mleko bułka tarta,(mąka pszenna mąka drożdże ,woda, sól) czosnek ,cebula, sól ,pieprz , natka pietruszki , olej rzepakowy kasza jęczmienna surówka z kapusty białej kapusta biała , pietruszka zielona cukier, sól, pieprz ,sok z cytryny jogurt naturalny mleko Kompot czarna porzeczka cukier</p>	<p>Kcal 625 B 29,19 g T 25,44 g W 105,19 g</p>
<p>ŚRODA 20.11.2024</p>	<p>zupa solferino + chleb pszenno- żytni medaliony drobiowe ziemniaki + buraczki z chrzanem kompot</p> <p>Zupa solferino tuszka z kurczaka ryż kukurydza marchew, pietruszka, seler cebula, czosnek, pulpa pomidorowa -pomidory kwasek cytrynowy oliwa z oliwek natka pietruszki por, mąka pszenna, śmietana sól, pieprz, ziele angielskie, liść Chleb pszenno- żytni (zboża zawierające gluten) mąka pszenna mąka żytnia , drożdże, woda, sól medaliony drobiowe filet jaja papryka słodka sól pieprz cebula czosnek zielona pietruszka mąka pszenna jaja olej rzepakowy ziemniaki Buraczki z chrzanem buraczki sok z cytryny ocet jabłkowy chrzan cukier sól cukier Kompot wiśnia jabłko cukier ,</p>	<p>Kcal 795 B 33,29 g T 21,65 g W 91,65 g</p>
<p>CZWARTEK 21.11.2024</p>	<p>żurek z jajkiem i kielbasą + chleb pszenno- żytni kopytka + surówka marchewki kompot</p> <p>Żurek z jajkiem i kielbasą żeberka wieprzowe, kielbasa swojska,(skład% mięso wieprzowe szynka łopatka ,mięso wołowe ,pieprz .czosnek świeży majeranek , sól morską ,woda) marchew, por, pietruszka ,cebula ,ziele angielskie, czosnek, liść laurowy, zielona pietruszka ,pieprz, sól, majeranek, jaja ,seler, śmietana mąka pszenna ,zakwas własny(mąka żytnia , mąka pszenna, ziele angielskie, czosnek, liść laurowy Chleb pszenno- żytni (zboża zawierające gluten) mąka pszenna mąka żytnia , drożdże, woda, sól Kopytka ziemniaki jaja mąka durum pszenna mąka ziemniaczana masło extra mleko surówka marchewki marchewka jabłka cytryna olej rzepakowy sól cukier Kompot wiśnia jabłko cukier ,</p>	<p>Kcal 605 B 22,11 g T 19,56 g W 85,74g</p>
<p>PIĄTEK 22.11.2024</p>	<p>zupa krem marchewkowo dyniowa + chleb pszenno- żytni kotlet z ryby miruna + ziemniaki + surówka z kiszanej kapusty kompot</p> <p>Zupa krem marchewkowo dyniowa ziemniaki marchew dynia, pietruszka, seler, masło extra tłuszczu mleko sól, pieprz, Grzanki (zboża zawierające gluten) mąka pszenna mąka żytnia , drożdże, woda, sól kotlet z ryby miruna ryba miruna sól pieprz sok z cytryny mąka pszenna jaja, olej rzepakowy ratyfikowany bułka tarta. (mąka pszenna drożdże, woda, sól .ziemniaki Surówka z kiszanej kapusty kiszona kapusta, marchew, jabłko, cebula, zielona pietruszka, olej rzepakowy .sól cukier pieprz Kompot wiśnia jabłko 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 .