

poniedziałek, 16 grudnia 2024

niadanie

chleb baltonowski pszenno- ytni z masłem (50g+8g),pasta z twarogu z cebulk zielon 30g, kiełbasa krakowska 25g, papryka / mini szpinak 30g, mleko 2% 150ml

alergeny (1,7,)

Obiad

Zupa ry owa na wywarze warzywno- mi snym 250ml,sztuka mi sa wieprzowego w sosie pomidorowym 100g, ziemniaki 80g, sałatka z ogórka kiszzonego 50g, kompot wieloowocowy 150ml

alergeny (1,7,9)

Podwieczorek

Serek waniliowy 150g, jabłko 50g, chałka pszenna 30g

alergeny (1,7,)

wtorek, 17 grudnia 2024

niadanie

chleb graham z m ki pszennej i graham z masłem (50g+8g), frankfurterki 40g, ogórek zielony / marchewka 30g, ketchup/musztarda 30g, bawarka na mleku 2% 150ml

alergeny (1,7,)

Obiad

Zupa krem z buraka czerwonego na wywarze warzywnym zabiela na mietan 30% i płatkami kukurydzianymi 250 ml, makaron 100g z białym serem 60g, cukrem trzcinowym 5g i masłem 5g, mandarynka 50g, woda mineralna z cytryn 150ml

alergeny (1,7,9,)

Podwieczorek

Bułka ma lana 30g,banan 100g, urawina suszona 15g

alergeny (1,7,)

roda, 18 grudnia 2024

niadanie

chleb baltonowski pszenno- ytni z masłem (50g+8g),pol dwica sopocka 25g, serek grani 25g, papryka / szpinak mini 25g, kawa zbo owa na mleku 2% 150ml

alergeny (1,4,7,)

Obiad

zupa krem dyniowo-marchewkowa na wywarze warzywnym z kleksem jogurtu naturalnego i pestkami dyni 250ml,udka z kurczaka pieczone 60g, ry 80g, fasolka szparagowa z masłem 50g, kompot wieloowocowy 150ml

alergeny (1,7,9,11)

Podwieczorek

Dro d ówka z serem 50g, mandarynka 100g

alergeny (1,7)

czwartek, 19 grudnia 2024

niadanie

chleb graham z m ki pszennej i graham z masłem (50g+8g), szynka drobiowa 25g,filet z makreli w sosie pomidorowym z kukurydzy 20g, ogórek zielony / rukola 25g, bawarka na mleku 2% 150ml

alergeny (1,4,7,)

Obiad

Zupa brokułowa z ry em i warzywami na wywarze warzywnymi zabiela na mietan 30% 250ml, gulasz wieprzowy 100g, kasza p czak 80g, sałatkaz buraków czerwonych 50g, kompot wieloowocowy 150ml

alergeny (1,7,9,)

Podwieczorek

Jogurt naturalny 150ml z musem truskawkowym 50g, chałka pszenna 30g

alergeny (1,7)

pi tek, 20 grudnia 2024

niadanie

chleb baltonowski pszenno- ytni z masłem (50g+8g),szynka wieprzowa 25g, serek twarogowy 25g, pomidor / mix sałat 25g, kakao na mleku 2% 150ml

alergeny (1,7,)

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem i warzywami na wywarze warzywnym zabiela na mietana 30% 250ml, filet z dorsza pieczony 50g, ziemniaki 100g, mizeria z jogurtem naturalnym60g, kompot wieloowocowy 150ml

alergeny (1,4,7,9,)

Podwieczorek

Babka piaskowa 40g, pomara cz 100g

alergeny (1,7,)