

poniedziałek, 13 stycznia 2025

niadanie

chleb baltonowski pszenno- ytni z masłem (50g+8g),szynka wieprzowa 25g, ser mozzarella 25g, ogórek zielony / sałata 25g, mleko 2% 150ml

Obiad

Zupa ogórkowa z warzywami i ziemniakami na wywarze warzywnym zabieleną 30% 250ml, ry 80g, kurczak pieczony w sosie własnym 100g, sałatka z kukurydzy, fasoli i papryki z oliw 50g, kompot wieloowocowy 150ml

Podwieczorek

Chałka pszenna 30g, serek waniliowy 150g mandarynka 30g

alergeny (1,7,)

wtorek, 14 stycznia 2025

niadanie

chleb graham z m ki pszennej i graham z masłem (50g+8g), salami 25g, ser twarogowy 25g, pomidor/ szpinak mini 25g, kawa zbo owa na mleku 2% 150ml

Obiad

Zupa krem jarzynowa na wywarze warzywnym z kleksem jogurtu naturalnego i płatkami kukurydzianymi 250ml, kasza p czak 80g, bitki z pol dwiczki 50g, sałatka z buraka czerwonego 50g, kompot wieloowocowy 150ml

Podwieczorek

Kaki 100g, bułka ma lana 30g

alergeny (1,7,)

roda, 15 stycznia 2025

niadanie

chleb baltonowski pszenno- ytni z masłem (50g+8g),pasta z makreli i białego sera 30g, kiełbasa krakowska 25g, papryka czerwona/ rukola 25g, bawarka na mleku 2% 150ml

Obiad

urek l ski z warzywami i ziemniakami na w dzonce 250ml, makaron 80g z białym serem 50g, cukrem trzcinowym 5g i masłem 5g, surówka z marchwi i pomara czy 50g, woda mineralna z cytryn 150ml

Podwieczorek

Wek z masłem (30g+6g), kabanos 30g, jabłko 50g

alergeny (1,7,)

czwartek, 16 stycznia 2025

niadanie

chleb graham z m ki pszennej i graham z masłem (50g+8g), szynka drobiowa 25g, twaro ek z cebulk zielona i rzodkiewk 25g, ogórek zielony / mix sałat 25g, kakao na mleku 2% 150ml

Obiad

Zupakrem z kalarepy z warzywami na wywarze warzywnym 250ml, spaghetti bolognese (makaron 80g, mi so + sos pomidorowy 100g)fasolka szparagowa z masłem 50g, kompot wieloowocowy 150ml

Podwieczorek

Chałka pszenna ,koktajl straciatella (ma lanka, czekolada, banan) 150ml

alergeny (1,7,)

pi tek, 17 stycznia 2025

niadanie

chleb baltonowski pszenno- ytni z masłem (50g+8g),jajko na twardo 30g, pol dwica sopocka 25g, papryka czerwona /mini szpinak 25g, mleko2% 150ml

Obiad

Zupa grysikowa z kalafiem i warzywami na wywarze warzywno- mi snym 250ml, ziemniaki 100g, filet z dorsza pieczony 50g, fasolka szparagowa z masłem 50g, kompot wieloowocowy 150ml

Podwieczorek

Piernik , mleko 2% do picia z truskawkami 150ml

alergeny (1,7,)