

poniedziałek, 24 marca 2025

niadanie

chleb baltonowski pszenno- ytni z masłem (50g+8g),szynka wieprzowa 30g, serek twarogowy 30g, pomidor / mix sałat 20g, mleko 2 % 150ml

alergeny (1,7,)

Obiad

Krupnik z warzywami i kasz j czmienn na wywarze warzywno- mi snym 250ml, sztuka mi sa wieprzowego w sosie mietanowym 100g, makaron 80g, surówka z białej kapusty z jogurtem naturalnym 50g, kompot wieloowocowy 150ml,

alergeny (1,7,9,)

Podwieczerek

Serek waniliowy 150g, owoc sezonowy 50g, chałka pszenna 30g

alergeny (1,7,)

wtorek, 25 marca 2025

niadanie

chleb graham z m ki pszennej i graham z masłem (50g+8g),salami 30g, ółty ser 25g, papryka czerwona / szpinak mini 30g, kawa zbo owa na mleku 2% 150ml

alergeny (1,7,)

Obiad

Zupa krem z czerwonej soczewicy na wywarze warzywno- mi snym z płatkami kukurydzianymi250ml, kasza kus-kus z mlekiem kokosowym i malinami 100g, sos jogurtowo- waniliowy50g, jabłko 30g, woda mineralna z mi t 150ml

alergeny (1,7,9,11)

Podwieczerek

Kabanos 40g, marchewka/ biała rzodkiew 50g, wek pszenny z masłem (40g+6g)

alergeny (1,7,)

roda, 26 marca 2025

niadanie

chleb baltonowski pszenno- ytni z masłem (50g+8g), twaro ek z rzodkiewk i cebulk zielon 30g, szynka drobiowa 25g, pomidor / mix sałat 25g, mleko 2% z musli owocowym 150ml

alergeny (1,7,11,)

Obiad

Zupa krem marchewkowo-dyniowa na wywarze warzywnym z pestkami słonecznika 250ml, filet z kurczaka pieczony 50g, ry 80g, mizeriana jogurcie naturalnym 50g, kompot wieloowocowy 150ml

alergeny (1,7,9)

Podwieczerek

Ciasto dro d owe z kruszonk 50g, banan 100g, alergeny (1,7,)

czwartek, 27 marca 2025

niadanie

chleb graham z m ki pszennej i graham z masłem (50g+8g),pasta jajeczna z suszonymi pomidorami imascarpone 30g, kielbasa krakowska 25g, papryka / rukola 30g, kakao ma mleku 2% 150ml

alergeny (1,7,11)

Obiad

Kartoflanka z warzywami na wywarze warzywno- mi snym zabiela na mietan 30% 250ml, spaghetti bolognese z ółtym serem( makaron 80g, mi so wieprzowe+ sos pomidorowy 100g), jabłko 50g, kompot wieloowocowy 150ml

alergeny (1,7,9)

Podwieczerek

Rogalik ma lany 30g, koktajl jagodowo-kokosowy na ma lance 150ml

alergeny (1,7,)

pi tek, 28 marca 2025

niadanie

chleb baltonowski pszenno- ytni z masłem (50g+8g), frankfuterki 40g, ketchup / musztarda 30g, ogórek zielony 30g, bawarka na mleku 2% 150ml

alergeny (1,7,)

Obiad

Zupa jarzynowa z fasolk szparagow i makaronem na wywarze warzywnym zabiela na mietan 30% 250ml, ziemniaki 100g, dorsz pieczony 50g, brokuły z sosem jogurtowym 60g, kompot wieloowocowy 150ml

alergeny (1,4,7,9,)

Podwieczerek

Nitki serowe 20g, owoc sezonowy 50g, bułka ma lana 30g

alergeny (1,7,)