



Menu Tydzień II



PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Zupa	Zupa	Zupa	Zupa	Zupa
Krupnik z kaszą gryczaną i ziemniakami 350ml Alergeny: <u>A2</u>	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml Alergeny: <u>A7, A2</u>	Barszcz ukraiński z ziemniakami 350ml Alergeny: <u>A7, A2</u>	Żurek z ziemniakami 350ml Alergeny: <u>A1, A7, A2</u>	Zupa brokułowa z ryżem pełnoziarnistym 350ml Alergeny: <u>A7, A2</u>
II danie	II danie	II danie	II danie	II danie
Makaron świderki w sosie bolońskim 350g Alergeny: <u>A1</u>	Pierogi ruskie z mąką pełnoziarnistą 250g Surówka z białej kapusty z ogórkiem kiszonym i koprem 100g Alergeny: <u>A1, A7</u>	Pulpety drobiowe w sosie szpinakowym 250g Kasza jęczmienna 150g Surówka Colesław 100g Alergeny: <u>A1</u>	Curry z kalafiem, ciecierzycą i ryżem pełnoziarnistym 350g Alergeny: -	Filet z mintaja w panierce 130g Ziemniaki puree 150g Surówka z marchewki 100g Alergeny: <u>A1, A3, A4, A7</u>
Napój	Napój	Napój	Napój	Napój
Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Wartości odżywcze 720kcal Białko: 36g Tłuszcze: 22g Węglowodany: 95g	Wartości odżywcze 634kcal Białko: 28g Tłuszcze: 22g Węglowodany: 87g	Wartości odżywcze 659kcal Białko: 33g Tłuszcze: 20g Węglowodany: 89g	Wartości odżywcze 638kcal Białko: 24g Tłuszcze: 11g Węglowodany: 112g	Wartości odżywcze 620kcal Białko: 28g Tłuszcze: 28g Węglowodany: 67g

Oznaczenia alergenów: A1 - Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz), A2 - Skorupiaki, A3 - Jaja, A4 - Ryby, A5 - Orzeszki ziemne, A6 - Soja, A7 - Mleko, A8 - Orzechy, A9 - Seler, A10 - Gorczyca, A11 - Sezam, A12 - Dwutlenek siarki i siarczyny, A13 - Łubin, A14 - Mięczaki