



Menu Tydzień IV



PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Zupa	Zupa	Zupa	Zupa	Zupa
Rosół z makaronem 350ml	Zupa z fasolki szparagowej żółtej z ryżem pełnoziarnistym 350ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml	Zupa jarzynowa z ryżem pełnoziarnistym 350ml	Zupa kalafiorowa z ryżem pełnoziarnistym 350ml
Alergeny: <u>A9</u>	Alergeny: <u>A7, A9</u>	Alergeny: <u>A9</u>	Alergeny: <u>A9</u>	Alergeny: <u>A7, A9</u>
II danie	II danie	II danie	II danie	II danie
Gulasz wieprzowy z sosem 200g Kasza jęczmienna 150g Ogórki kiszone 100g	Buchty 120g z koktajlem porzeczkowym 230ml	Gołąbek z mięsem i ryżem pełnoziarnistym 200g w sosie pomidorowym 100ml	Placki ziemniaczane z sosem pieczarkowym z cieciorą 350g	Filet z mintaja w panierce 130g Ziemniaki puree 150g Surówka z białej kapusty z ogórkiem kiszonym i koprem 100g
Alergeny: <u>A1</u>	Alergeny: <u>A1, A2</u>	Alergeny:	Alergeny: -	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 626kcal Białko: 30g Tłuszcze: 26g Węglowodany: 70g	Wartości odżywcze 701kcal Białko: 22g Tłuszcze: 24g Węglowodany: 99g	Wartości odżywcze 556kcal Białko: 28g Tłuszcze: 21g Węglowodany: 66g	Wartości odżywcze 648kcal Białko: 22g Tłuszcze: 21g Węglowodany: 95g	Wartości odżywcze 645kcal Białko: 32g Tłuszcze: 28g Węglowodany: 68g

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