



Menu Tydzień I



PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Zupa	Zupa	Zupa	Zupa	Zupa
Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 350ml Alergeny: A1, <u>A7</u> , <u>A9</u>	Krupnik z ziemniakami i kaszą jęczmienną 350ml Alergeny: <u>A1</u> , <u>A7</u> , <u>A9</u>	Zupa jarzynowa z ryżem pełnoziarnistym 350ml Alergeny: <u>A7</u> , <u>A9</u>	Zupa warzywna z soczewicy z ziemniakami 350ml Alergeny: <u>A9</u>	Zupa kalafiorowa z ryżem pełnoziarnistym 350ml Alergeny: <u>A7</u> , <u>A9</u>
II danie	II danie	II danie	II danie	II danie
Kotlet mielony 130g Ziemniaki puree 150g Surówka Colesław 100g Alergeny: <u>A1</u> , <u>A3</u> , <u>A7</u>	Pancakes 3 szt z twarogiem waniliowym 80g i musem malinowym 40g Alergeny: <u>A1</u> , <u>A3</u> , <u>A7</u>	Pałka z kurczaka 130g Ziemniaki puree 150g Surówka z czerwonej kapusty 100g Alergeny: <u>A3</u> , <u>A7</u>	Ratatouille warzywne z ciecierzycą 350g Chleb graham 90g Alergeny: <u>A1</u>	Paluszki rybne w panierce 130g Ziemniaki puree 150g Surówka z kapusty kiszzonej 100g Alergeny: <u>A1</u> , <u>A3</u> , <u>A4</u> , <u>A7</u>
Napój	Napój	Napój	Napój	Napój
Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Wartości odżywcze 680kcal Białko: 34g Tłuszcze: 31g Węglowodany: 68g	Wartości odżywcze 519kcal Białko: 21g Tłuszcze: 15g Węglowodany: 76g	Wartości odżywcze 561kcal Białko: 33g Tłuszcze: 23g Węglowodany: 57g	Wartości odżywcze 666kcal Białko: 27g Tłuszcze: 16g Węglowodany: 108g	Wartości odżywcze 706kcal Białko: 25g Tłuszcze: 35g Węglowodany: 74g

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