

PODSTAWOWA

Poniedziałek 25.08	Wtorek 26.08	Środa 27.08	Czwartek 28.08	Piątek 29.08
Śniadanie				
chleb pszenno-żytni – 2 kromki wędlina wieprzowa – 30 g masło – 10 g rzodkiewka - 30 g (gluten, mleko, gorczyca, seler, soja) herbata czarna 200 ml	bułka kajzerka – 55 g twarożek ze szczypiorkiem - 50 g masło - 10 g ogórek– 30 g (gluten, mleko) herbata owocowa 200 ml	chleb pszenno-żytni – 2 kromki pasta drobiowa z marchewką – 50 g masło - 10 g pomidor – 30 g (gluten, mleko, gorczyca, jaja) herbata czarna 200 ml	bułka kajzerka – 55 g ser żółty – 30 g masło – 10 g papryka– 30 g (gluten, mleko, śladowe ilości orzechy, sezam) kawa zbożowa 200 ml (gluten, mleko)	chleb pszenno-żytni – 2 kromki wędlina drobiowa – 30 g masło – 10 g ogórek – 30 g (gluten, mleko, gorczyca) herbata czarna 200 ml
Obiad				
zupa brokułowa – 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (seler, mleko, gluten, gorczyca) spaghetti - 230 g (gluten, jaja) kompot jabłkowy 200 ml	barszcz ukraiński – 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, seler, mleko, gorczyca) potrawka z kurczaka - 80 g ryż – 50 g marchewka z groszkiem – 70 g (gluten, mleko) kompot wiśniowy 200 ml	zupa ziemniaczana – 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (seler, gluten, gorczyca) leniwe z bułką tartą i masłem – 150 g surówka z marchwi i jabłka – 70 g (gluten, jaja, mleko) kompot wieloowocowy 200 ml	rosół z makaronem nitki - 250 ml (gluten, seler, jaja) kotlet schabowy - 80 g ziemniak - 150 g mizeria– 70 g (gluten, jaja, mleko) kompot wiśniowy 200 ml	krupnik jęczmienny - 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, seler, gorczyca) paluszki rybne - 80 g ziemniak - 150 g surówka z kiszonej kapusty – 70 g (ryba, gluten) kompot wieloowocowy 200 ml
Podwieczorek				
owoc sezonowy – 1 szt.	chałka – 40 g masło – 3 g miód – 10 g (mleko, jaja, gluten)	koktajl truskawkowy – 150 ml wafel ryżowy – 1 szt. (mleko)	budyń waniliowy – 200 ml (mleko)	serniczek w polewie pomarańczowej – 100 g (mleko)

Poniedziałek 25.08	Wtorek 26.08	Środa 27.08	Czwartek 28.08	Piątek 29.08
Śniadanie				
[<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] (mięso wieprzowe, woda, <u>białko sojowe</u>, sól, stabilizator, sacharoza, <u>laktoza</u>, hydrolizat białka roślinnego, przeciwutleniacz, <u>seler</u>) (83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>) rzodkiewka (woda, herbata czarna)	(<u>mąka pszenna</u>, woda, drożdże, olej roślinny (rzepakowy), sól, cukier, odtłuszczone <u>mleko w mleczny</u>, mąka ze słodu <u>pszennego</u>, gluten <u>pszenny</u>, dekstroza, mąka ze słodu <u>jęczmiennego</u>, środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy) [twaróg (mleko pasteryzowane, kultury bakterii kwasu mlekowego,), <u>śmietana 12%</u> (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych), szczypiorek] (83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>) ogórek (herbata czarna, aromat, truskawka (0,9%), malina (0,6%), czerwona porzeczka (0,6%), jeżyna (0,3%), wiśnia (0,3%))	[<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy] [mięso drobiowe, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, <u>gorczyca</u>, cukier, sól, przyprawy), woda, <u>żółtka jaj kurzych</u>), marchew, sól, pieprz] (83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>) pomidor (woda, herbata czarna)	(<u>mąka pszenna</u>, woda, drożdże, olej roślinny (rzepakowy), sól, cukier, odtłuszczone <u>mleko w proszku</u>, bezwodny tłuszcz mleczny, mąka ze słodu <u>pszennego</u>, gluten <u>pszenny</u>, dekstroza, mąka ze słodu <u>jęczmiennego</u>, środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy) (<u>mleko pasteryzowane</u>, sól spożywcza, stabilizator; chlorek wapnia, kultury bakterii mlekowych, podpuszczka mikrobiologiczna) (83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>) papryka (mleko pasteryzowane, mikrofiltrowane, świeże, zawartość tłuszczu 2%, kawa inka (<u>zboża 72%</u>, <u>jęczmień</u>,	[<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] (mięso z piersi kurczaka, skrobia ziemniaczana, stabilizator, sól, przyprawy) (83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>) ogórek (woda, herbata czarna)
Obiad				

[woda, ziemniaki, brokuł, marchew, pietruszka, <u>śmietana 12%</u>, <u>(śmietanka pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii mlekowych)</u> przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)] [<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] (makaron -<u>mąka pszenna</u>, semolina, może zawierać <u>jaja</u>, ugotowany przecier pomidorowy, mięso mielone z szynki wieprzowej, czosnek, cebula, oliwa z oliwek, bazylia, oregano, sól, pieprz) (woda, jabłko)	[woda, ziemniak, burak, marchew, pietruszka, fasola, <u>(śmietana 12% - śmietanka pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii mlekowych)</u>, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)] [<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] [bulion drobiowy, mięso z piersi kurczaka, cebula, <u>śmietana 12%</u> (<u>śmietanka pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii mlekowych</u>), <u>mąka pszenna</u>, sól, pieprz] ryż [marchew, groszek, <u>mąka pszenna</u>, masło (83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze śmietany z <u>mleka krowiego</u>)]	[woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)] [<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] [<u>twaróg</u> (<u>mleko pasteryzowane, kultury bakterii kwasu mlekowego</u>), <u>mąka pszenna</u>, <u>jajo</u>, masło (83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze śmietany z mleka krowiego), <u>bułka tarta</u> (<u>mąka pszenna</u>, sól, drożdże)] (marchew, jabłko, oliwa z oliwek, sól, pieprz) (woda, śliwka, czarna porzeczka, jabłko, truskawka, wiśnia mrożone)	[woda, udko z kurczaka, makaron (<u>mąka pszenna</u>, semolina, może zawierać <u>jaja</u>), marchew, cebula, pietruszka, por, <u>seler</u>, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)] [schab, <u>jajko</u>, <u>bułka tarta</u> (<u>mąka pszenna</u>, sól, drożdże), sól, pieprz] ziemniak (ogórek, cebula, <u>śmietana 12%</u> (<u>śmietanka pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii mlekowych</u>), sól, pieprz) (woda, wiśnie mrożone, cukier)	[woda, ziemniaki, <u>kasza jęczmienna</u>, marchew, cebula, pietruszka, <u>seler</u>, pieprz, koperek, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)] [<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] [(filety z mintaja, <u>panierka sypka</u> (<u>mąka pszenna</u>, sól, papryka, kurkuma, drożdże), olej słonecznikowy, woda, <u>mąka pszenna</u>, skrobia ziemniaczana, sól)] ziemniak (kapusta kiszona, olej, cebula, marchew, cukier, pieprz) (woda, śliwka, czarna porzeczka, jabłko, truskawka, wiśnia mrożone)
Podwieczorek				

owoc sezonowy	(<u>mąka pszenna</u>, woda, cukier, <u>jaja, masło</u>, drożdże, sól środek do przetwarzania mąki (kwas askorbinowy) (83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>) miód	[(<u>jogurty naturalny - mleko pasteryzowane</u>, żywe kultury bakterii jogurtowych), truskawka, cukier] (ryż brązowy)	[<u>mleko- (mleko pasteryzowane</u>, mikrofiltrowane, świeże, zawartość tłuszczu 2%), cukier, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, aromat]	(<u>ser twarogowy, mleko</u>, cukier, galaretka owocowa, żelatyna, koncentrat pomarańczowy)
---------------	---	--	--	--