

📅 17.03.2025

Poniedziałek

I Śniadanie

- Chleb pszenno-żytni
Masło ekstra (z mleka)
Ser gouda tłusty (z mleka)
Pomidor
Rzodkiewka
Kawa zbożowa na mleku

Składniki: mleko krowie, 3,2% tłuszczu, kawa zbożowa (żyto, jęczmień), cukier

II Śniadanie

Banan

Obiad

Zupa z soczewicy na kielbasce z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, soczewica czerwona, nasiona suche, marchew, kielbasa gęłowska, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, śmietana 18% (z mleka), cebula, por, olej rzepakowy, natka pietruszki, liść lauowy, ziele angielskie, pieprz, papryka słodka, tymianek

Makaron świderki z serem białym

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z mleka), makaron pszenny bezglutenowy, masło ekstra (z mleka), cukier

Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko

Podwieczorek

Mus owocowy

Energia: 1002 kcal

📅 18.03.2025

Wtorek

I Śniadanie

- Chleb pszenno-żytni
Masło ekstra (z mleka)
Dżem truskawkowy, niskosłodzony
Kasza manna na mleku

Składniki: mleko krowie, 3,2% tłuszczu, kasza manna (pszenica), cukier

II Śniadanie

Woda

Jabłko

Obiad

Zupa koperkowa z ryżem na udźcu z indyka

Składniki: woda, koperek, ryż biały, marchew, mięso z podudzia indyka, bez skóry, pietruszka, korzeń, śmietanka 30% (z mleka), seler korzeniowy, por, masło ekstra (z mleka), pieprz, liść lauowy, ziele angielskie, sól biała

Kotlet z morszczuka

Składniki: morszczuk mrożony, bułka tarta (pszenica), olej rzepakowy, jaja kurze całe, baton pszenny, cebula, pieprz cytrynowy (jajka, soja, mleko, orzechy, seler, gorczyca)

Puree ziemniaczane

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z mleka), mleko krowie, 3,2% tłuszczu

Fasolka szparagowa z wody, z masłem

Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, masło ekstra (z mleka), bułka tarta (pszenica)

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Baton pszenny z masłem

Składniki: baton pszenny, masło ekstra (z mleka)

Mleko o smaku waniliowym

Energia: 1059 kcal

📅 19.03.2025

Środa

I Śniadanie

- Chleb pszenno-żytni
Masło ekstra (z mleka)
Pasta z makreli wędzonej ze szczypiorkiem

Składniki: makrela wędzona, jaja kurze całe, ogórek kiszony, szczypiorek, masło ekstra (z mleka)

Kawa zbożowa na mleku

Składniki: mleko krowie, 3,2% tłuszczu, kawa zbożowa (żyto, jęczmień), cukier

II Śniadanie

Mandarynki

Obiad

Barszcz ukraiński z ziemniakami

Składniki: woda, burak, ziemniaki, marchew, skrzydło indyka, śmietanka 30% (z mleka), pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, koncentrat barszczu czerwonego (seler), natka pietruszki, ziele angielskie, liść lauowy, pieprz, sól biała

Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą

Składniki: kapusta kiszona, makaron pszenny bezglutenowy, cebula, kielbasa gęłowska, olej rzepakowy, liść lauowy, ziele angielskie, pieprz, sól morską drobnoziarnista

Kompot porzeczkowy

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone, cukier

Podwieczorek

Koktajl borówka-malina na maśle (wyrób własny)

Składniki: maślanka 1,5 % (z mleka), borówki, maliny, mrożone

Paluch kukurydziany

Energia: 1000 kcal

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez podkreślenie.

📅 20.03.2025

Czwartek

I Śniadanie

- Chleb pszenno-żytni
Masło ekstra (z mleka)
Szynka wiejska
Sałata masłowa
Papryka czerwona
Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Gruszka

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem

Składniki: woda, mięso z podudzia indyka, bez skóry, marchew, makaron pszenny dwujajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, śmietanka 30% (z mleka), natka pietruszki, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie, sól biała

Pierś z kurczaka duszona w sosie własnym

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, papryka słodka, czosnek, pieprz, sól morską drobnoziarnista

Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana

Mizeria z jogurtem naturalnym
Składniki: ogórek, śmietana 12% (z mleka), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka)

Kompot wieloowocowy

Składniki: woda, jabłko, śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

Podwieczorek

Serek homogenizowany truskawkowy (z mleka)

Marchewka súpki

Składniki: marchew

Energia: 933 kcal

📅 21.03.2025

Piątek

I Śniadanie

- Chleb pszenno-żytni
Masło ekstra (z mleka)
Jajko gotowane

Składniki: jaja kurze całe

Ogórek zielony

Szczypiorek
Kawa zbożowa na mleku

Składniki: mleko krowie, 3,2% tłuszczu, kawa zbożowa (żyto, jęczmień), cukier

II Śniadanie

Kiwi

Obiad

Zupa pieczarkowa z makaronem na wywarze warzywnym

Składniki: woda, pieczarki świeże, masło ekstra (z mleka), makaron pszenny bezglutenowy, marchew, śmietanka 30% (z mleka), pietruszka, korzeń, por, natka pietruszki, liść lauowy, ziele angielskie, pieprz, sól biała

Kluski leniwe z masłem (wyrób własny)

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z mleka), ziemniaki, gotowane w wodzie, mąka pszenna, typ 450, jaja kurze całe, masło ekstra (z mleka), cukier, sól biała

Surówka z marchewki i brzoskwini

Składniki: marchew, brzoskwinia w syropie, cytryna

Kompot gruszkowy

Składniki: woda, gruszka

Podwieczorek

Banan

Energia: 970 kcal

