

📅 04.03.2024 **Poniedziałek**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni
Masło ekstra (mleko)
Pasta mięsna

Składniki: kielbasa głogowska, **jaja** kurze całe, ogórek kiszony, szczypiorek, musztarda (**gorczyca**)

Kawa zbożowa na mleku

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

II Śniadanie

Kiwi

Obiad

Krupnik z kaszą jęczmienną

Składniki: woda, ziemniaki, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, marchew, kasza **jęczmienna**, perłowa, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, skrzydło indyka, natka pietruszki, masło ekstra (**mleko**), koperek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól biała

Knedle z truskawką

Składniki: knedle z truskawką (**pszenica**, **jajka**, **mleko**), masło ekstra (**mleko**)

Kompot gruszkowy

Składniki: woda, gruszka

Podwieczorek

Baton pszenny z masłem

Składniki: baton **pszenny**, masło ekstra (**mleko**)

Sok marchwiowo-brzoskwiniowo-jabłkowy 100%

Energia: 1019 kcal

📅 05.03.2024 **Wtorek**

I Śniadanie

Chleb orkiszowy
Masło ekstra (mleko)
Powidła śliwkowe
Kasza manna na mleku

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

II Śniadanie

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Jabłko

Obiad

Zupa krem jarzynowa z groszkiem ptysiowym

Składniki: włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), ziemniaki, skrzydło indyka, por, groszek ptysiowy (**pszenica**), Śmietana 12% (**mleko**), pieprz, sól morska drobnociarnista

Gołąbki bez zawijania z szynki wieprzowej w sosie pomidorowym

Składniki: wieprzowina szynka surowa, woda, **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), kapusta włoska, koncentrat pomidorowy, 30%, ryż biały

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Ogórek kiszony

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Drożdźówka z serem (pszenica, jajka, mleko)

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Energia: 965 kcal

📅 06.03.2024 **Środa**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni
Masło ekstra (mleko)
Ser gouda tłusty (mleko)
Salata masłowa

Jajko gotowane

Składniki: **jaja** kurze całe

Rzodkiewka

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Marchewka súpki

Składniki: marchew

Gruszka

Obiad

Zupa cebulowa z makaronem

Składniki: woda, cebula, marchew, pietruszka, korzeń, mięso z podudzia indyka, bez skóry, makaron ryżowy, **seler** korzeniowy, Śmietana 12% (**mleko**), koperek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól biała

Gulasz z indyka w sosie własnym

Składniki: mięso z podudzia indyka, bez skóry, woda, cebula, mąka **pszenna**, typ 450, olej rzepakowy, pieprz, sól biała, czosnek

Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana

Surówka z kapusty czerwonej
Składniki: kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej rzepakowy, cytryna

Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko

Podwieczorek

Koktajl truskawka-jagoda na maślanie (wyrób własny)

Składniki: maślanka 1,5 % (**mleko**), truskawki, mrożone, czarne jagody, mrożone

Ciasteczka owsiane

Energia: 899 kcal

📅 07.03.2024 **Czwartek**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni wiejski
Masło ekstra (mleko)
Polędwica z piersi kurczaka
Pomidor

Papryka czerwona

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Gruszka

Obiad

Grochówka z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, groch, nasiona suche, marchew, cebula, kielbasa śląska, pietruszka, korzeń, olej rzepakowy, czosnek, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, pieprz, sól biała

Pulpety rybne z morszczuka w sosie koperkowym

Składniki: **morszczuk** mrożony, **jaja** kurze całe, Śmietana 18% (**mleko**), baton **pszenny**, koperek, mąka **pszenna**, typ 450, natka pietruszki, sól morska drobnociarnista, pieprz cytrynowy (**jajka**, **soja**, **mleko**, **orzechy**, **seler**, **gorczyca**)

Ryż biały, gotowany

Marchewka mini

Składniki: mini marchewki, masło ekstra (**mleko**)

Kompot jabłkowo-agrestowy

Składniki: woda, jabłko, agrest, cukier

Podwieczorek

Budyń malinowy

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, budyń malinowy (**pszenica**, **mleko**)

Paluch kukurydziany

Energia: 860 kcal

📅 08.03.2024 **Piątek**

I Śniadanie

Chleb żytni staropolski
Masło ekstra (mleko)
Pasta z makreli wędzonej ze szczypiorkiem

Składniki: **makrela** wędzona, **jaja** kurze całe, ogórek kiszony, szczypiorek, masło ekstra (**mleko**)

Kawa zbożowa na mleku

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

II Śniadanie

Banan

Ogórek súpki

Składniki: ogórek

Obiad

Zupa pieczarkowa z makaronem

Składniki: woda, pieczarki świeże, skrzydło indyka, makaron **pszenny** bezjajeczny, marchew, Śmietana 18% (**mleko**), pietruszka, korzeń, por, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól biała

Placki ziemniaczane

Składniki: ziemniaki, późne, cebula, mąka **pszenna**, typ 450, cukier, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy

Kompot z owoców mieszanych

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Serek homogenizowany truskawkowy (mleko)

Energia: 938 kcal