

📅 19.02.2024 **Poniedziałek**

### I Śniadanie

#### Kanapka z szynką z kurczaka i pomidorem

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, szynka z piersi kurczaka, pomidor, masło ekstra (**mleko**)

#### Rzodkiewka

#### Salata masłowa

#### Kakao

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

### II Śniadanie

#### Banan

### Obiad

#### Zupa z soczewicy na kielbasce z ziemniakami

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, kiełbasa głogowska, **seler** korzeniowy, soczewica czerwona, nasiona suche, cebula, Śmietana 18% (**mleko**), por, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, papryka słodka, sól biała, tymianek

#### Makaron świderki z serem białym

Składniki: ser twarogowy półtłusty (**mleko**), makaron **pszenny** bezjajeczny, masło ekstra (**mleko**), cukier

#### Kompot jabłkowo- agrestowy

Składniki: woda, jabłko, agrest, cukier

### Podwieczorek

#### Kisiel z jabłkiem

Składniki: woda, jabłko, kisiel w proszku, cukier

Energia: 952 kcal

📅 20.02.2024 **Wtorek**

### I Śniadanie

#### Chleb pszenno- żytni wiejski

#### Masło ekstra (mleko)

#### Serek homogenizowany

#### truskawkowy (mleko)

#### Kulki zbożowe na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kulki zbożowe czekoladowe (**pszenica**, **mleko**, **orzechy**)

### II Śniadanie

#### Gruszka

#### Herbata miętowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata miętowa

### Obiad

#### Rosół na udźcu indyczym z makaronem

Składniki: woda, marchew, mięso z podudzia indyka, bez skóry, makaron **pszenny** bezjajeczny, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól biała

#### Potrawka z udźca indyczego w sosie własnym

Składniki: mięso z podudzia indyka, bez skóry, marchew, cebula, pietruszka, korzeń, mąka **pszenna**, typ 450, natka pietruszki, papryka słodka

#### Kasza pęczak (jęczmień)

#### Fasolka szparagowa z wody, z masłem

Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, masło ekstra (**mleko**), bułka tarta (**pszenica**)

#### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

### Podwieczorek

#### Drożdżówka z kruszonką (wypiek własny)

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, masło ekstra (**mleko**), cukier, drożdże piekarskie, prasowane, cukier z prawdziwą wanilią

#### Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Energia: 1036 kcal

📅 21.02.2024 **Środa**

### I Śniadanie

#### Chleb pszenno- żytni wiejski

#### Masło ekstra (mleko)

#### Papryka czerwona

#### Parówki z szynki 90% (**jajka**, **soja**,

#### **mleko**, **seler**, **gorczyca**)

#### Kecup

#### Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

### II Śniadanie

#### Jabłko

#### Marchewka súpki

Składniki: marchew

### Obiad

#### Zupa jarzynowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, mięso z podudzia indyka, bez skóry, marchew, Śmietana 18% (**mleko**), pietruszka, korzeń, koperek, **seler** korzeniowy, por, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól biała

#### Spaghetti bolognese z makaronem

Składniki: wieprzowina szynka surowa, makaron **pszenny** bezjajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, cebula, ziola prowansalskie, czosnek, pieprz, sól biała

#### Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko, cukier

### Podwieczorek

#### Budyń malinowy (**pszenica**, **mleko**)

Energia: 910 kcal

📅 22.02.2024 **Czwartek**

### I Śniadanie

#### Chleb żytni staropolski

#### Masło ekstra (mleko)

#### Ser gouda tłusty (**mleko**)

#### Salata

#### Jajko gotowane

Składniki: **jaja** kurze całe

#### Rzodkiewka

#### Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

### II Śniadanie

#### Kiwi

### 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

#### Kotlet z morschuczka

Składniki: **morschczuk** 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 (**mleko**), **mleko** krowie, 2% tłuszczu

#### Mizeria z jogurtem naturalnym

Składniki: ogórek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), Śmietana 12% (**mleko**)

#### Kompot porzeczkowy

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone, cukier

### Podwieczorek

#### Rogal maślany z masłem

Składniki: bułki i rogalce **pszenne** maślane, masło ekstra (**mleko**)

#### Soczek owocowy

Energia: 1064 kcal

📅 23.02.2024 **Piątek**

### I Śniadanie

#### Chleb orkiszowy

#### Masło ekstra (mleko)

#### Pasta z tuńczyka ze szczypiorkiem

Składniki: **tuńczyk** w sosie własnym, **jaja** kurze całe, szczypiorek, ogórek kiszony, masło ekstra (**mleko**)

#### Kawa zbożowa na mleku

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

### II Śniadanie

#### Jabłko

#### Papryka czerwona súpki

Składniki: papryka czerwona

### Obiad

#### Zupa ogórkowa z ryżem

Składniki: woda, ogórek kiszony, mięso z podudzia indyka, bez skóry, ryż biały, marchew, Śmietana 12% (**mleko**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała

#### Racuchy z cukinią

Składniki: maślanka 1,5% (**mleko**), cukinia, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, proszek do pieczenia (**pszenica**, **mleko**)

#### Kompot truskawkowy

Składniki: woda, truskawki, mrożone, cukier

### Podwieczorek

#### Mus owocowy

Energia: 887 kcal