

📅 26.02.2024 **Poniedziałek**

I Śniadanie

Chleb pszenno- żytni wiejski

Masło ekstra (mleko)

Szynka konserwowa

Ogórek

Papryka czerwona

Sałata masłowa

Kawa zbożowa na mleku

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

II Śniadanie

Gruszka

Obiad

Barszcz ukraiński z ziemniakami

Składniki: woda, burak, ziemniaki, marchew, Śmietana 18% (**mleko**), karczek wieprzowy bez kości, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, koncentrat barszczu czerwonego (**seler**), natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól biała

Naleśniki z twarogiem i sosem z borówek

Składniki: maślanka 1,5 % (**mleko**), ser twarogowy półtłusty (**mleko**), mąka **pszenna**, typ 450, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), borówki, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, cukier, cukier z prawdziwą wanilią

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Banan

Energia: 997 kcal

📅 27.02.2024 **Wtorek**

I Śniadanie

Chleb żytni staropolski

Masło ekstra (mleko)

Dżem truskawkowy, niskosłodzony

Zupa mleczna z makaronem ryżowym

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, makaron ryżowy

II Śniadanie

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Ogórek súpki

Składniki: ogórek

Obiad

Żurek z jajkiem na kielbasce

Składniki: woda, **jaja** kurze całe, marchew, kielbasa głogowska, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, Śmietana 18% (**mleko**), natka pietruszki, czosnek, zakwas na żurek (**żyto**), majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz

Pierś z kurczaka duszony w sosie własnym

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

Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana

Sałata lodowa z jogurtem naturalnym

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

Kompot truskawkowy

Składniki: woda, truskawki, mrożone, cukier

Podwieczorek

Muffinka

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, cukier, cukier z prawdziwą wanilią, proszek do pieczenia (**pszenica**, **mleko**)

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Energia: 908 kcal

📅 28.02.2024 **Środa**

I Śniadanie

Chleb pszenno-żytni

Pasta jajeczna ze szczypiorkiem

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

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Jabłko

Marchewka súpki

Składniki: marchew

Obiad

Zupa kalafiorowa

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

Klopsy wieprzowe w sosie pomidorowym

Składniki: wieprzowina łopatką, koncentrat pomidorowy, 30%, **jaja** kurze całe, cebula, bulka tarta (**pszenica**), mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, olej rzepakowy, Śmietana 18% (**mleko**)

Ryż biały, gotowany

Surówka z ogórka kiszzonego, jabłka i kukurydzy

Składniki: ogórek kiszony, jabłko zielone, papryka czerwona, marchew, kukurydza, konserwowa, olej rzepakowy

Kompot jabłkowo- agrestowy

Składniki: woda, jabłko, agrest, cukier

Podwieczorek

Legumina

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

Energia: 883 kcal

📅 29.02.2024 **Czwartek**

I Śniadanie

Chleb żytni staropolski

Masło ekstra (mleko)

Ser edamski tłusty (mleko)

Ogórek kiszony

Rzodkiewka

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

II Śniadanie

Banan

Obiad

Zupa porowa z makaronem na udźcu indyczym

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

Paluszki rybne smażone

Składniki: paluszki **rybne** mrożone, olej rzepakowy

Puree ziemniaczane

Składniki: ziemniaki, **mleko** krowie, 2% tłuszczu

Surówka z białej kapusty colesław

Składniki: kapusta pekińska, marchew, koperek, olej rzepakowy, miód pszczeli, cytryna, musztarda (**gorczyca**)

Kompot z owoców mieszanych

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Ryż tajony z musem jabłkowym

Składniki: jabłko, ryż biały, woda, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cukier, cynamon

Energia: 1018 kcal

📅 01.03.2024 **Piątek**

I Śniadanie

Chleb pszenno- żytni wiejski

Pasta z makreli w sosie

pomidorowym

Składniki: filet z **makreli** w sosie pomidorowym, ogórek kiszony, **jaja** kurze całe, szczypiorek, masło ekstra (**mleko**)

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Kiwi

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem

Składniki: woda, mięso z podudzia indyka, bez skóry, marchew, ryż biały, koncentrat pomidorowy, 30%, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała

Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą

Składniki: kapusta kiszona, makaron **pszenny** bezjajeczny, cebula, kielbasa głogowska, olej rzepakowy, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól morską drobnziarnista

Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko, cukier

Podwieczorek

Mleko o smaku waniliowym

Ciasteczka owsiane

Energia: 960 kcal