

📅 **03.02.2025** **Poniedziałek**

Obiad

ZUPA kalafiorowa zabieleną 250-300ml

Składniki: ziemniaki, kalafior, włoszczyzna krojona w paski (**seler**), porcja rosółowa, śmietanka 30% (z **mleka**), sól morską jodowaną, koperek, natka pietruszki, vegeta natur, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz

MAKARON wstęga z mięsem 200g

Składniki: wieprzowina łopatką, makaron durum, swojski (**pszenica**, **jajka**), cebula, sól morską jodowaną, liść laurowy, vegeta natur

SOK pomarańczowy 100% b/c 200ml

Składniki: sok pomarańczowy 100%

Energia: 469 kcal

📅 **04.02.2025** **Wtorek**

Obiad

ZUPA pieczarkowa zabieleną 250-300ml

Składniki: włoszczyzna krojona w paski (**seler**), pieczarki świeże, makaron łazanki (**pszenica**, **jajka**), porcja rosółowa, śmietanka 30% (z **mleka**), natka pietruszki, koperek, sól morską jodowaną, liść laurowy, vegeta natur, ziele angielskie, pieprz

ZIEMNIAKI z wody 120-150g

Składniki: ziemniaki, sól morską jodowaną

PULPETY wieprzowe w sosie pomidorowym 135g

Składniki: wieprzowina łopatką, wieprzowina szynka surowa, bułki **pszenne** zwykłe, koncentrat pomidorowy, 30%, **jaja** kurze całe, cebula, olej rzepakowy, śmietanka 30% (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 500, vegeta natur, sól morską jodowaną, pieprz, pieprz ziołowy, masło ekstra (z **mleka**)

SURÓWKA z białej kapusty Colesław 100g

Składniki: kapusta biała, marchew, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), majonez (**jajka**, **gorczyca**), koperek, sól morską jodowaną, pieprz

WODA z cytryną i miętą 200ml

Składniki: woda, cytryna, mięta

Energia: 617 kcal

📅 **05.02.2025** **Środa**

Obiad

BARSZCZ czerwony zabieleny 250-300ml

Składniki: ziemniaki, późne, burak, włoszczyzna krojona w paski (**seler**), wieprzowina żeberka, sól morską jodowaną, śmietanka 30% (z **mleka**), koncentrat barszczu czerwonego (**seler**), cukier, natka pietruszki, koperek, ocet jabłkowy 6%, liść laurowy, vegeta natur, ziele angielskie, pieprz

CHLEB kukurydziany z ziarnami 10-30g

Składniki: chleb kukurydziany z ziarnami (**pszenica**)

KASZA jęczmienna na sypko 100g

Składniki: kasza **jęczmienna**, perłowa, sól morską jodowana

GULASZ wołowy 80-100g

Składniki: pręga wołowa, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 500, sól morską jodowaną, pieprz cayenne, vegeta natur, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz

SALATKA szwedzka 75g

Składniki: ogórek kiszony, papryka czerwona, olej rzepakowy

HERBATA owocowa-ziołowa o smaku maliny 200ml

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Energia: 617 kcal

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

📅 **06.02.2025** **Czwartek**

Obiad

ROSÓŁ z kaszą manną 250-300ml

Składniki: skrzydło indyka, włoszczyzna krojona w paski (**seler**), kasza manna (**pszenica**), sól morską jodowana, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, vegeta natur, pieprz

ZIEMNIAKI puree 120-150g

Składniki: ziemniaki, **mleko** krowie, 3,5% tłuszczu, sól morską jodowana

RYBA po grecku 150g(ryba 80g/sos 70g)

Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy, cebula, **mleko** krowie, 3,5% tłuszczu, **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), koncentrat pomidorowy, 30%, mąka **pszenna**, typ 500, pieprz cytrynowy, sól morską jodowana, vegeta natur, liść laurowy, papryka słodka, ziele angielskie

LEMONIADA z miętą 200ml

Składniki: woda, pomarańcza, cytryna, limonka, mięta

Energia: 452 kcal

📅 **07.02.2025** **Piątek**

Obiad

ZUPA grochowa 250-300ml

Składniki: ziemniaki, groch, nasiona suche, włoszczyzna krojona w paski (**seler**), boczek wędzony bez kości, wieprzowina żeberka, natka pietruszki, sól morską jodowana, majeranek, koperek, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, vegeta natur, pieprz ziołowy

CHLEB pszenno-żytni wiejski 10-30g

Składniki: chleb pszenno-**żytni** wiejski

PLACKI serowe z syropem klonowym 100g /2szt

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 500, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, syrop klonowy

SOK jabłkowy 100% b/c 200ml

Składniki: sok jabłkowy 100%

Energia: 748 kcal