

## MENU 24.03.2025-28.03.2025

### Poniedziałek

#### 1.ZUPA OGÓRKOWA

(wywar warzywny,włoszczyzna,ziemniaki,ogórki kiszane,sól,pieprz,liście laurowe,ziele angielskie,śmietana,koperek)

#### 2.PULPETY W SOSIE POMIDOROWYM

(mięso mielone,cebula,jaja,bułka tarta,sól,pieprz,śmietana,koncentrat pomidorowy)

#### 3.ZIEMNIAKI

4.SURÓWKA WIOSENNA(kapusta,ogórek,pomidor,koperek,sól,cukier,ocet,olej rzepakowy)

#### 5.WODA NIEGAZOWANA Z CYTRYNĄ

Alergeny:1,3,7,9

### Wtorek

#### 1.ZUPA ZIEMNIACZANA

(wywar warzywny,włoszczyzna,boczek wędzony,ziemniaki,sól,pierz,liście laurowe,ziele angielskie)

#### 2.FASOLKA PO BRETOŃSKU

(fasola Jaś,kielbasa,mięso,boczek ,sól,pieprz,maka,koncentrat pomidorowy)

#### 3.PIECZYWO

#### 4.WODA NIEGAZOWANA Z MIĘTĄ

Alergeny:1,7,9

### Środa

#### 1.ZUPA KALAFIOROWA

(wywar warzywny,włoszczyzna,ziemniaki,kalafior,sól,pieprz,ziele angielskie,liście laurowe,natka pietruszki)

#### 2.KOTLET Z PIERSI KURCZAKA

(filet z kurczaka,sól,pieprz,papryka słodka,maka,jaja)

#### 3.ZIEMNIAKI

4.SURÓWKA Z MARCHEWKI (marchewka,jabłko,cukier,śmietana)

#### 5.WODA NIEGAZOWANA Z POMARAŃCZĄ

Alergeny:1,3,7,9

### Czwartek

#### 1.ŻUREK

(wywar warzywny,włoszczyzna,zakwas,ziemniaki,kielbasamliście laurowe,ziele angielskie,sól,pieprz)

#### 2.GOŁĄBKI

(mięso mielone,ryż,jaja,bułka tarta,sól,pieprz,kapusta,koncentrat pomidorowy,śmietana)

#### 3.ZIEMNIAKI

#### 4.WODA NIEGAZOWANA Z CYTRYNĄ I MIĘTĄ

Alergeny:1,3,7,9

### Piątek

#### 1.ZUPA GROCHOWA

(wywar warzywny,włoszczyzna,groch ,ziemniaki,kielbasa,boczek wędzony,sól,pieprz,ziele ang. ,liście laurowe,majeranek)

2.PALUSZKI RYBNE(filety rybne,maka,sól,pieprz,jaja,bułka tarta)

#### 3.ZIEMNIAKI

4.BURACZKI (buraczki,ocet,sól,cukier)

#### 5.WODA NIEGAZOWANA Z CYTRYNĄ

Alergeny:1,3,4,7,9

| Data                                                            | Wartość<br>Odżywczą<br>jadłospisu             | ŚNIADANIE                                                                                            | OBIAŁ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | PODWIECZOREK                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 24.03.<br>2025<br>PONIE-<br>DZIAŁEK<br><br>Alergeny:<br>1,3,7,9 | E[kcal]1018<br>B[g]:31<br>T[g]:30<br>W[g]:130 | kakao, pieczywo<br>mieszane, masło,<br>wędlina, pomidor<br><br>II. banan                             | -zupa ogórkowa-250 ml<br>Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka<br>korzeń, ziemniaki, ogórki kiszane, sól, pieprz, ziele angielskie, liście<br>laurowe, śmietana, natka pietruszka<br>-pulpety w sosie pomidorowym-80 g<br>Składniki: mięso mielone, bułka<br>tarta, cebula, sól, pieprz, jaja, maki, koncentrat<br>pomidorowy, śmietana<br>-ziemniaki puree z masłem i koperkiem -150 g<br>-surówka wiosenna -50 g<br>Składniki: kapusta, ogórek, pomidor, koperek, sól, cukier, ocet, olej<br>rzepakowy<br>-woda niegazowana z miętą -200 ml | Herbata, kasza manna na mleku z<br>sokiem<br><br>-warzywa                                                                                         |
| 25.03.<br>2025<br>WTÓ-<br>REK<br><br>Alergeny:<br>1,3,7,9       | E[kcal]1012<br>B[g]:32<br>T[g]:28<br>W[g]:133 | mleko, pieczywo<br>żytnie, pszenne<br>, masło, wędlina<br>, pasztet, pomidor<br><br>II. mandarynka   | -zupa ziemniaczana-250 ml<br>Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka<br>korzeń, ziemniaki, boczek wędzony, sól, pieprz, ziele angielskie, liść<br>laurowy<br>-naleśniki -200g<br>Składniki: maki, jaja, mleko, cukier, dżem owocowy niskosłodzony<br>-woda niegazowana z cytryną-200 ml                                                                                                                                                                                                                                                         | Kawa zbożowa na mleku, ciasto zebra<br>składniki: maki, jaja, mleko, olej<br>rzepakowy, kakao, cukier, kakao, soda<br>oczyszczona<br><br>-warzywa |
| 26.03.<br>2025<br>Środa<br><br>Alergeny:<br>1,3,7,9             | E[kcal]1020<br>B[g]:32<br>T[g]:28<br>W[g]:132 | herbata, pieczywo<br>mieszane z masłem,<br>, szynka, twaróg<br>, papryka<br><br>II. gruszka          | -zupa kalafiorowa-250 ml<br>Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka<br>korzeń, ziemniaki, kalafior, ziemniaki, ziele angielskie, liść<br>laurowy, natka pietruszki, śmietana<br>-kotlet z piersi kurczaka-80 g<br>Składniki: filet z kurczaka, sól, pieprz, papryka słodka, maki, jaja<br>-ziemniaki-150 g<br>-surówka z marchewki -50 g<br>Składniki: marchewka, jabłko, cukier, śmietana<br>-woda niegazowana z pomarańczą-200 ml                                                                                                             | mleko, bułka maślana, krem<br>czekoladowy<br><br>-warzywa                                                                                         |
| 27.03.<br>2025<br>Czwart-<br>ek<br><br>Alergeny:<br>1,3,7,9     | E[kcal]1025<br>B[g]:32<br>T[g]:30<br>W[g]:133 | herbata, pieczywo<br>mieszane, masło,<br>wędlina<br>, pasztet, sałata<br><br>II. maślanka<br>owocowa | -żurek-250 ml<br>Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka<br>korzeń, sól, pieprz, ziele angielskie, liście<br>laurowe, zakwas, ziemniaki, kielbasa<br>-gotówki-80 g<br>Składniki: mięso mielone, jaja, ryż, sól, pieprz, kapusta, koncentrat<br>pomidorowy<br>-ziemniaki puree z masłem-150 g<br>-woda niegazowana z cytryną i miętą 200 ml                                                                                                                                                                                                      | kakao-200ml, galaretka owocowa<br>z sosem śmietankowym<br><br>-warzywa                                                                            |
| 28.03.<br>2025<br>PIĄTEK<br><br>Alergeny:<br>1,3,4,7,9          | E[kcal]1020<br>B[g]:32<br>T[g]:31<br>W[g]:122 | herbata, pieczywo<br>mieszane z masłem,<br>, pasta<br>jajeczna, szczypiorek<br><br>II. jabłko        | -zupa grochowa- 250 ml<br>Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka<br>korzeń, ziemniaki, groch, kielbasa, boczek<br>wędzony, majeranek, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie<br>-paluszki rybne-80 g<br>Składniki: filety rybne, maki, sól, pieprz, jaja, bułka tarta<br>-ziemniaki puree-150 g<br>-buraczki-50 g<br>Składniki: buraczki, sól, cukier, sok z cytryny<br>-woda niegazowana z cytryną 200 ml                                                                                                                                | herbata -200 ml, jogurt naturalny<br>z truskawkami<br><br>-warzywa                                                                                |