

Data 8.09.2025 PONIE DZIAŁEK Alergeny: 1,3,7,9	Wartość Odżywcze i kaloryczności E(kcal):1020 B(g):3 T(g):25 W(g):120	ŚNIADANIE herbata ,pieczywo mieszane, masło,szynka ,sałata II. banan	OBIAŁ -zupa pomidorowa z makaronem-250 ml Składniki :wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, sól, pieprz, liście laurowe, ziele angielskie ,koncentrat pomidorowy,śmietana,natka pietruszki -klopsiki gotowane w sosie koperkowym-80 g Składniki : mięso mielone ,jajka,maka,bułka tarta,sól,pieprz,śmietana,koperek -ziemniaki puree -150 g -fasolka szparagowa-50 g Składniki:fasolka,cukier,sól6z -woda niegazowana z cytryną -200 ml	PODWIECZOREK Herbata- 200ml,owsianka na mleku z jabłkiem - warzywa
9.09. 2025 WTO- REK Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1025 B(g):32 T(g):28 W(g):128	mleko, pieczywo żytnie, pszenne, masło ,parówki na ciepło,sos pomidorowy II. jabłko	-zupa ziemniaczana-250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń,liście laurowe, ziele angielskie,ziemniaki,boczek wędzony -gulasz-80 g Składniki :mięso wieprzowe,sól,,pieprz papryka słodka,cebula,papryka,cukinia,maka,koncentrat pomidorowy,śmietana -kasza-150 g -surówka z kiszonych ogórków-50 g Składniki:ogórki kiszane,cebula,olej rzepakowy,sól,cukier -woda niegazowana z miętą-200 ml	kakao , drożdżówka z kruszonką Składniki:maka,jajka,mleko,masło ,cukier,drożdże - warzywa
10.09. 2025 Środa Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1018 B(g):31 T(g):30 W(g):132	Mleko ,pieczywo mieszane z masłem, wędlina,pasztecik,ogórek II. śliwka	-rosół z makaronem-250 ml Składniki:wywar drobiowy,marchew,seler,por,pietruszkakorzeń,ziele angielskie,liść laurowy,natka ,pietruszkisól,pieprz,makaron -kotlet z piersi kurczaka-80 g Składniki:filet z kurczaka,jajka,bułka tarta,sól,pieprz,maka -ziemniaki-150 g -surówka z białej kapusty-50 g Składniki:kapusta,marchewka,sok z cytryny,olej rzepakowy,sól,cukier,natka pietruszkisól -woda niegazowana z pomarańczą-200 ml	mleko ,bułka masłana, krem czekoladowy - warzywa
11.09. 2025 Czwartek Alergeny: 1,3,4,7,9	E(kcal):1015 B(g):33 T(g):32 W(g):130	kakao, pieczywo mieszane, masło, ser ,wędlina,papryka II. arbuz	-zupa jarzynowa-250 ml Składnik:wywar warzywny,marchew,seler,por,pietruszkakorzeń,sól,pieprz,ziele angielskie,liście laurowe ,śmietana,kalafior,fasolka brokuły,ziemniaki,natka pietruszki -paluszki rybne-80 g Składniki:filety rybne,maka,jajka,bułka tarta,sól,pieprz -ziemniaki puree z koperkiem-150 g -buraczki-50 g Składniki: buraczki,sól,cukier,sok z cytryny -woda niegazowana z cytryną i miętą 200 ml	herbata-200 ml, budyń z sokiem owocowym - warzywa
12.09. 2025 PIĄTEK Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1024 B(g):32 T(g):32 W(g):131	herbata ,pieczywo mieszane z masłem, ,pasta jajeczna ze szczypiorkiem II. gruszka	-zupa fasolowa- 250 ml Składniki:wywar warzywny,marchew,seler,por,pietruszkakorzeń,fasola,ziemniaki,boczek wędzony,sól,pieprz,liść laurowy,majeranek, ziele angielskie -pierogi z owocami-200 g Składniki: mgka,jajka,cukier,olej rzepakowy,owoce - woda niegazowana z cytryną 200 ml	Herbata ,zupa mleczna z makaronem - warzywa

Menu 8.09.2025r. -12.09.2025r.

Poniedziałek

1.ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM

(wywar warzywny, włoszczyzna(marchew, por, pietruszka korzeń, **seler**) sól, pieprz, koncentrat pomidorowy, **śmietana**, liście laurowe, ziele angielskie, natka pietruszki, **makaron**)

2.KLOPSIKI GOTOWANE W SOSIE KOPERKOWYM

(mięso mielone, **jaja**, bułka tarta, **maka**, cebula, **śmietana**, koperek, sól, pieprz)

3.ZIEMNIAKI

4.FASOLKA SZPARAGOWA

(fasolka szparagowa, sól, cukier)

5.WODA NIEGAZOWANA Z CYTRYNĄ

Wtorek

1.ZUPA ZIEMNIA CZANA

(wywar warzywny, włoszczyzna(marchew, por, **seler**, pietruszka korzeń) sól, pieprz, liście laurowe, ziele angielskie, boczek wędzony, ziemniaki, natka pietruszki, **śmietana**)

2.GULASZ

(mięso wieprzowe, cebula, papryka, cukinia, sól, pieprz, papryka słodka, **maka**, **śmietana**, koncentrat pomidorowy)

3.KASZA

4.SURÓWKA Z KISZONYCH OGÓRKÓW(ogórki kiszane, cebula, sól, cukier,)

5.WODA NIEGAZOWANA Z MIĘTĄ

Środa

1.ROSÓŁ Z MAKARONEM

(wywar drobiowy, włoszczyzna(pietruszka korzeń, marchew, por, **seler**) , sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe, **natka pietruszki**, **makaron**)

2.KOTLET Z PIERSI KURCZAKA (filet z kurczaka, sól, papryka słodka, **maka**, **jaja**)

3.ZIEMNIAKI

4.SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY (kapusta , marchew, sól, cukier, ocet, olej rzepakowy, natka pietruszki)

5.WODA NIEGAZOWANA Z POMARAŃCZĄ

Czwartek

1.ZUPA JARZYNOWA

(wywar warzywny, włoszczyzna(por, pietruszka korzeń, marchew, **seler**), sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe, kalafior, ziemniaki, kapusta, fasolka, **śmietana**, natka pietruszki)

2.PALUSZKI RYBNE

(filety rybne, **maka**, **jaja**, bułka tarta , **sól**, **pieprz**)

3.ZIEMNIAKI

4.BURACZKI (buraczki, sól, cukier, ocet)

5.WODA NIEGAZOWANA Z MIĘTĄ

Piątek

1.ZUPA FASOLOWA

(wywar warzywny , włoszczyzna (por, pietruszka korzeń, marchew, **seler**), sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe, fasola, ziemniaki, boczek wędzony, majeranek)

2.PIEROGI Z OWOCAMI

(**maka**, **jaja**, cukier, olej rzepakowy, owoce)

3.WODA NIEGAZOWANA Z CYTRYNĄ

ALERGENY ZAZNACZONE KOŁOREM CZERWONYM !!!