

Menu 9.06.2025 -13.06.2025

Poniedziałek

1. ŻUREK

(wywar warzywny, włoszczyzna(**seler**), ziemniaki, zakwas, kielbasa, sól, pieprz, liście laurowe, ziele angielskie, **mąka, śmietana**)

2. GULASZ

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

3. KASZA

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

5. WODA NIEGAZOWANA Z CYTRYNĄ

Wtorek

1. ZUPA RYŻOWA

(wywar warzywny, włoszczyzna(**seler**), ryż, ziemniaki, sól, pieprz, liście laurowe, ziele angielskie, natka pietruszki)

2. SZNYCEL MIELONY

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

3. ZIEMNIAKI

4. MARCHEWKA ZASMAŻANA

(marchewka, sól, cukier, **masło, mąka**)

5. WODA NIEGAZOWANA Z MIĘTĄ

Środa

1. KAPUŚNIAK

(wywar warzywny, włoszczyzna(**seler**), kapusta, ziemniaki, sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe, natka pietruszki)

2. SPAGHETTI BOLOGNESE (mięso mielone, pomidory, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, oregano, **makaron**)

3. WODA NIEGAZOWANA Z POMARAŃCZĄ

Czwartek

1. ROSÓŁ Z MAKARONEM (wywar drobiowy, włoszczyzna(**seler**), liście laurowe, ziele angielskie, sól, pieprz, natka pietruszki, **makaron**)

2. PAŁKA Z KURCZAKA PIECZONA (mięso drobiowe, sól, papryka słodka)

3. ZIEMNIAKI

4. SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY (kapusta, marchewka, sól, cukier, ocet, olej rzepakowy, koperek)

5. WODA NIEGAZOWANA Z CYTRYNĄ I MIĘTĄ

Piątek

1. ZUPA GROCHOWA

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

2. FILET Z MORSZCZUKA (**filet z morszczuka**, sól, pieprz, **mąka**)

3. ZIEMNIAKI

4. WARZYWA GOTOWANE (warzywa, sól, cukier)

5. WODA NIEGAZOWANA Z CYTRYNĄ

ALERGENY ZAZNACZONE KOLOREM CZERWONYM !!!

Data	Wartość Odżywcze i kaloryczność	ŚNIADANIE	OBIAŁ	PODWIECZOREK
9.06.2025 PONIE- DZIAŁEK Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1020 B(g):29 T(g):25 W(g):129	kakao, pieczywo mieszane, masło, wędlina, dżem, sałata II. arbuz	-żurek-250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, zakwas, ziemniaki, kiełbasa, sól, pieprz, liście laurowe, ziele angielskie -gulasz-80 g Składniki: mięso wieprzowe, cebula, papryka, cukinia, sól, pieprz, koncentrat pomidorowy, mąka, śmietana -kasza-150 g -surówka z kiszonych ogórków-50 g Składniki: ogórki kiszone, cebula, olej rzepakowy, sól, cukier	herbata , kasza mannna na mleku z sokiem owocowym -warzywa
10.06. 2025 WTO- REK Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1023 B(g):32 T(g):28 W(g):131	herbata, pieczywo żytnie, pszenne, masło , serek topiony, wędlina , papryka II. jabłko	-zupa ryżowa-250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, ziemniaki, ryż, sól , pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, koperek -sznycel mielony-80 g Składniki: mięso mielone, cebula, jaja, bułka tarta, sól, pieprz -ziemniaki puree z koperkiem -150 g -marchewka zasmażana-80 g Składniki: marchew, masło, mąka, sól, cukier -woda niegazowana z cytryną-200 ml	kakao , Ciasto zebra Składniki : mąka, jaja, olej rzepakowy, kakao, cukier, soda oczyszczona -warzywa
11.06. 2025 Środa Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1018 B(g):31 T(g):30 W(g):130	mleko , pieczywo mieszane z masłem, , ser, szynka , pomidor II. pomarańcza	-kapuśniak-250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, natka , pietruszki, sól, pieprz, kapusta, ziemniaki -spaghetti bolognese-200 g Składniki: mięso mielone, cebula, pomidory, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, oregano, makaron -woda niegazowana z pomarańczą-200 ml	herbata , bułka maślana, serek waniliowy, dżem owocowy -warzywa
12.06. 2025 Czwartek Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1020 B(g):33 T(g):32 W(g):128	kakao, pieczywo mieszane, masło, wędlina, pasztet, ogórek II. gruszka	-rosół z makaronem-250 ml Składnik: wywar drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe, makaron, natka pietruszki -pałka z kurczaka pieczona-80 g Składniki: mięso drobiowe, sól , pieprz -ziemniaki puree z koperkiem-150 g -surówka z białej kapusty-50 g Składniki: kapusta biała, marchewka, sól, cukier, olej rzepakowy, sok z cytryny, natka pietruszki -woda niegazowana z cytryną i miętą 200 ml	Herbata-200 ml, owsianka na mleku z jabłkiem i cynamonem -warzywa
13.06. 2025 PIĄTEK Alergeny: 1,3,4,7,9	E(kcal):1018 B(g):32 T(g):32 W(g):120	Herbata , pieczywo mieszane z masłem, , twarożek , szczypiorek II. banan	-zupa grochowa- 250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, ziemniaki, groch, boczek wędzony, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek -filet z morszczuka-80 g Składniki: filety rybne, sól, pieprz, mąka -ziemniaki-150 g -warzywa gotowane-50 g Składniki: warzywa, cukier, sól - woda niegazowana z cytryną 200 ml	Herbata , jogurt naturalny z truskawkami -warzywa