

Data	Wartości Odżywcze i kaloryczność	ŚNIADANIE	OBIAŁ	PODWIECZOREK
1.09.2025 PONIEDZIAŁEK Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1020 B(g):3 T(g):25 W(g):120	herbata ,pieczywo mieszane, masło, szynka ,pomidor II. arbuz	-zurek-250 ml Składniki :wywar warzywny, marchew, seler , por, pietruszka korzeń, ,sól, pieprz, liście laurowe, ziele angielskie ,ziemniaki,zakwas,kiełbasa -naleśniki-200 g Składniki : mąka ,mleko,jaja,cukier,dżem owocowy -woda niegazowana z cytryną -200 ml	Herbata- 200ml, kasza manna z sokiem - warzywa
2.09.2025 WTOREK Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1025 B(g):32 T(g):28 W(g):128	mleko, pieczywo żytnie, pszenne, masło , wędlina,salata II. banan	-zupa pomidorowa z ryżem-250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler , por, pietruszka korze,liście laurowe, ziele angielskie,koncentrat pomidorowy,ryż, natka pietruszki -kotlet z piersi kurczaka-80 g Składniki :mięso drobiowe,sól,papryka słodka, masło , maka , jaja -ziemniaki puree z koperkiem-150 g -groszek z marchewką-50 g Składniki:marchew,groszek,sól,cukier, masło , mąka -woda niegazowana z miętą-200 ml	Mleko ,ciasto zebra Składniki: maka ,jaja,mleko,olej rzepakowy, kakao ,soda oczyszczona - warzywa
3.09.2025 Środa Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1018 B(g):31 T(g):30 W(g):132	Mleko ,pieczywo mieszane z masłem, wędlina,ser, pomidor II. jabłko	-krupnik-250 ml Składniki:wywar warzywny,marchew, seler ,por,pietruszkę korzeń,ziele angielskie,liść laurowy,natka ,pietruszkę,sól,pieprz, kasza ,ziemniaki, śmietana ,natka pietruszki -sznycel mielony-80 g Składniki: mięso mielone,cebula,jaja,bulka tarta,sól,pieprz -ziemniaki-150 g -surówka wiosenna-50 g Składniki:kapusta,pomidor,ogórek,sok z cytryny,olej rzepakowy,sól,cukier,natka pietruszki -woda niegazowana z pomarańczą-200 ml	kakao ,bulka maślana, serek waniliowy - warzywa
4.09.2025 Czwartek Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1015 B(g):33 T(g):32 W(g):130	kakao , pieczywo mieszane, masło, pasztet ,wędlina,ogórek II.śliwka	-zupa ogórkowa-250 ml Składnik:wywar warzywny,marchew, seler ,por,pietruszkę korzeń,sól,pieprz,ziele angielskie,liście laurowe , śmietana ,ogórki kiszane,ziemniaki,natka pietruszki -spaghetti bolognese-200 g Składniki:mięso mielone,pomidory,cebula,koncentrat pomidorowy,sól,pieprz,oregano, makaron -woda niegazowana z cytryną i miętą 200 ml	herbata-200 ml, owsianka na mleku z rodzynkami - warzywa
5.09.2025 PIĄTEK Alergeny: 1,3,4,7,9	E(kcal):1024 B(g):32 T(g):32 W(g):131	herbata , pieczywo mieszane z masłem, ,twarożek ,rzodkiewka II. banan	-zupa jarzynowa- 250 ml Składniki:wywar warzywny,marchew, seler ,por,pietruszkę korzeń,kapusta,kalafior,brokóły,ziemniaki,sól,pieprz,liść laurowy, ziele angielskie, śmietana ,natka pietruszki -kotleciki rybne-80 g Składniki: filety rybne , maka , jaja , bulka tarta ,sól,pieprz -ziemniaki 150 g -surówka z kiszonej kapusty -50 g Składniki:kapusta kiszona,cebula,sól,cukier,olej rzepakowy - woda niegazowana z cytryną 200 ml	Herbata ,kissiel owocowy z sosem waniliowym - warzywa