

 **11.04.2023 Wtorek**

I Śniadanie 283 kcal

Płatki owsiane na mleku (Olb)Składniki: **Mleko** krowie, 2% tłuszczu, Płatki **owsiane****Chleb mazowiecki (pszenica, żyto)****Masło ekstra (mleko)****Dżem truskawkowy, niskosłodzony****Herbata czarna, bez cukru**

Składniki: Woda, Herbata czarna

II Śniadanie 44 kcal

Jabłko

Obiad 462 kcal

Zupa kalafiorowa z ziemniakami (Olb) (mwp)Składniki: Kalafior, Ziemniaki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Wieprzowina łopatką, Cebula, Śmietana 18% (**mleko**), Mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, Czosnek, Mix tłuszczowy osełka (**mleko**), Natka pietruszki, Sól biała, Pieprz**Makaron z twarogiem (Olb)**Składniki: Makaron świderki (**pszenica, soja**), Ser twarogowy półtłusty (**mleko**), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), Mix tłuszczowy osełka (**mleko**), Sól biała**Kompot owocowy (Olb)**

Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Jabłko, Śliwki, Porzeczki czarne, mrożone, Cukier

 **12.04.2023 Środa**

I Śniadanie 205 kcal

Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto)**Masło ekstra (mleko)****Pasta twarogowa z makrelą w pomidorach (Olb)**Składniki: Ser twarogowy półtłusty (**mleko**), Śmietana 18% (**mleko**), **Makrela** w pomidorach**Ogórek kiszony****Bawarka (Olb)**Składniki: Woda, **Mleko** krowie UHT, 3,2% tłuszczu, Herbata czarna

II Śniadanie 71 kcal

Mleko malinoweSkładniki: **Mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, Dżem malinowy, niskosłodzony, Cukier

Obiad 483 kcal

Zupa koperkowa z zacierką (Olb)Składniki: Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Ziemniaki, Mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, Cebula, Śmietana 18% (**mleko**), **Jaja** kurze całe, Koperek, Mix tłuszczowy osełka (**mleko**), Sól biała, Pieprz**Kurczak zapiekany w sosie pomidorowym (Olb)**Składniki: Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Passata pomidorowa, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Ser edamski blok (**mleko**), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cebula, Śmietana do gotowania 15% Rama CremeFine Profi (**mleko, laktoza**), Olej rzepakowy, Mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, Sól biała, Pieprz**Ziemniaki z koperkiem (Olb) (bml)**

Składniki: Ziemniaki, Koperek

Surówka z białej kapusty (Olb)Składniki: Kapusta biała, Marchew, Śmietana 12% (**mleko**), Por, Koperek, Cukier**Kompot owocowy (Olb)**

Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Jabłko, Śliwki, Porzeczki czarne, mrożone, Cukier

 **13.04.2023 Czwartek**

I Śniadanie 314 kcal

Kaszka kukurydziana na mleku (Olb)Składniki: **Mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, Kasza kukurydziana**Chleb dobrodzieja (pszenica, żyto)****Masło ekstra (mleko)****Paszтет drobiowo- wieprzowy (Olb)**Składniki: Wieprzowina karkówka, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Cebula, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Bułka tarta (**pszenica**), Wątroba wieprzowa, Śmietana do gotowania 15% Rama CremeFine Profi (**mleko, laktoza**), Czosnek, Czosnek granulowany, Olej rzepakowy, Sól biała, Pieprz**Herbata czarna, bez cukru**

Składniki: Woda, Herbata czarna

II Śniadanie 40 kcal

Mandarynki

Obiad 477 kcal

Pieczeń wieprzowa w sosie własnym (Olb)Składniki: Wieprzowina schab surowy bez kości, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Cebula, Śmietana do gotowania 15% Rama CremeFine Profi (**mleko, laktoza**), Mąka **pszenna** typ 500, Olej rzepakowy, Czosnek granulowany, Sól biała, Pieprz**Krem z buraków z grzankami (Olb)**Składniki: Ziemniaki, Burak, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Cebula, Chleb **pszenny**, Śmietana 18% (**mleko**), Koncentrat barszczu czerwonego (**mleko, seler**), Mix tłuszczowy osełka (**mleko**), Natka pietruszki, Mąka **pszenna** typ 500, Czosnek, Sól biała, Pieprz, Majeranek**Mizeria (Olb)**Składniki: Ogórek, Śmietana 18% (**mleko**), Sól biała**Kasza kuskus (pszenica)****Kompot owocowy (Olb)**

Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Jabłko, Śliwki, Porzeczki czarne, mrożone, Cukier

 **14.04.2023 Piątek**

I Śniadanie 279 kcal

Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto)**Masło ekstra (mleko)****Ser edamski tłusty (mleko)****Rzodkiewka****Kakao (Olb)**Składniki: **Mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek, Cukier

II Śniadanie 70 kcal

Koktajl na jogurcie: truskawka, banan, wiśniaSkładniki: Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), Banan, **Mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, Truskawki, mrożone, Wiśnia bez pestek, mrożone, Cukier

Obiad 423 kcal

Zupa gołąbkowa (Olb)Składniki: Kapusta biała, Pulpa pomidorowa, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Wieprzowina łopatką, Ryż biały, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Czosnek, Natka pietruszki, Sól biała, Pieprz**Kopytka (Olb)**Składniki: Ziemniaki, późne, Mąka **pszenna** typ 450, **Jaja** kurze całe, Skrobia ziemniaczana, Masło ekstra (**mleko**), Sól biała**Surówka marchewka z brzoskwinią (Olb)**

Składniki: Marchew, Brzoskwinia w syropie, Sok cytrynowy 100%, Cukier

Kompot owocowy (Olb)

Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Jabłko, Śliwki, Porzeczki czarne, mrożone, Cukier

Podwieczorek 121 kcal

Jogurt o smaku śliwkowym (Olb)

Składniki: Jogurt grecki (**mleko**), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), **Mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, Śliwki bez pestek, mrożone, Powidła śliwkowe, Cukier, Cynamon

Podwieczorek 135 kcal

Deser twarogowy z mango (Olb)

Składniki: Ser twarogowy półtłusty (**mleko**), Puree z mango, Jogurt grecki (**mleko**), Mango, **Mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, Cukier

Podwieczorek 129 kcal

Ciasto marchewkowe (Olb)

Składniki: Mąka **pszenna**, typ 450, Marchew, **Jaja** kurze całe, Olej rzepakowy, Cukier

Podwieczorek 46 kcal

Pomarańcza