

 **15.05.2023 Poniedziałek**

I Śniadanie 251 kcal

**Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto)**

**Masło ekstra (mleko)**

**Pasta twarogowa ze szczypiorkiem (Olb)**

Składniki: Ser twarogowy półtłusty (**mleko**), Śmietana 18% (**mleko**), **Mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, Szczypiorek

**Ogórek**

**Kakao (Olb) (bc)**

Składniki: **Mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek

II Śniadanie 34 kcal

**Jabłko**

Obiad 466 kcal

**Zupa krupnik (Olb) (bm)**

Składniki: Ziemniaki, Kasza **jęczmienna** wiejska, Pietruszka, korzeń, mrożona, Marchew, Cebula, Śmietana 18% (**mleko**), Mix tłuszczowy (**mleko**), Natka pietruszki, Mąka **pszenna**, typ 500, Sól biała, Pieprz

**Kompot owocowy (Olb)**

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

**Makaron z kurczakiem, cukinią w sosie śmietanowo-pomidorowym (Olb)**

Składniki: Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, **Mleko** krowie UHT, 3,2% tłuszczu, Makaron świderki (**pszenica, soja**), Cebula, Cukinia, Pulpa pomidorowa, Mąka **pszenna**, typ 500, Olej rzepakowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Sól biała, Czosnek granulowany

 **16.05.2023 Wtorek**

I Śniadanie 318 kcal

**Płatki kukurydziane na mleku (Olb)**

Składniki: **Mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, Płatki kukurydziane

**Chleb mazowiecki (pszenica, żyto)**

**Masło ekstra (mleko)**

**Pasztet 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 (**mleko, laktoza**), Czosnek, Czosnek granulowany, Olej rzepakowy, Sól biała, Pieprz

**Ogórek kiszony**

**Herbata czarna, bez cukru**

Składniki: Woda, Herbata czarna

II Śniadanie 48 kcal

**Koktajl truskawka, banan, mango, jabłko**

Składniki: Banan, Truskawki, mrożone, Puree z mango, Jabłko, Cukier

Obiad 489 kcal

**Zupa ogórkowa z ryżem (Olb)**

Składniki: Ogórek kiszony, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Ryż biały, Cebula, Śmietana 18% (**mleko**), Mąka **pszenna**, typ 500, Mix tłuszczowy (**mleko**), Koperek, Sól biała, Czosnek, Pieprz

**Kotlet schabowy (Olb)**

Składniki: Wieprzowina schab surowy bez kości, Bułka tarta (**pszenica**), Mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, Olej rzepakowy, **Jaja** kurze całe, Tłuszcz Rama Combi Profi

**Ziemniaki z koperkiem (Olb)**

Składniki: Ziemniaki, Koperek, Masło ekstra (**mleko**)

**Surówka marchewka z jabłkiem (Olb)**

Składniki: Marchew, Jabłko, Sok cytrynowy 100%, Cukier

**Kompot owocowy (Olb)**

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

 **17.05.2023 Środa**

I Śniadanie 218 kcal

**Chleb dobrodzieja (pszenica, żyto)**

**Masło ekstra (mleko)**

**Ser gouda tłusty (mleko)**

**Salata**

**Bawarka (Olb)**

Składniki: Woda, **Mleko** krowie UHT, 3,2% tłuszczu, Herbata czarna

II Śniadanie 77 kcal

**Mleko o smaku malinowym**

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

Obiad 458 kcal

**Mizeria (Olb)**

Składniki: Ogórek, Śmietana 18% (**mleko**), Sól biała

**Gulasz wieprzowy (Olb)**

Składniki: Wieprzowina łopatka, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Śmietana do gotowania 15% Rama (**mleko, laktoza**), Olej rzepakowy, Mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, Czosnek, Czosnek granulowany, Sól biała, Pieprz

**Kasza jęczmienna wiejska**

**Kompot owocowy (Olb)**

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

**Krem z zielonych warzyw z grzankami (Olb) (bm)**

Składniki: Ziemniaki, Brokuły, mrożone, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Groszek zielony, mrożony, Cebula, Chleb mazowiecki (**pszenica, żyto**), Śmietana 18% (**mleko**), Mix tłuszczowy (**mleko**), Mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, Czosnek, Czosnek granulowany, Natka pietruszki, Sól biała, Pieprz

 **18.05.2023 Czwartek**

I Śniadanie 298 kcal

**Płatki owsiane na mleku (Olb)**

Składniki: **Mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, Płatki **owsiane**

**Chleb pszenny**

**Masło ekstra (mleko)**

**Dżem wiśniowy, niskosłodzony**

**Herbata czarna, bez cukru**

Składniki: Woda, Herbata czarna

II Śniadanie 31 kcal

**Mandarynki**

Obiad 443 kcal

**Zupa pomidorowa z makaronem (Olb)**

Składniki: Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Koncentrat pomidorowy, 30%, Makaron świderki (**pszenica, soja**), Cebula, Śmietana 18% (**mleko**), Pulpa pomidorowa, Mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, Mix tłuszczowy (**mleko**), Natka pietruszki, Sól biała, Pieprz, Czosnek granulowany

**Kotlet mielony (Olb)**

Składniki: Wieprzowina szynka surowa, **Jaja** kurze całe, Cebula, Olej rzepakowy, Bułka tarta (**pszenica**), Czosnek granulowany, Sól biała, Pieprz

**Ziemniaki z koperkiem (Olb)**

Składniki: Ziemniaki, Koperek, Masło ekstra (**mleko**)

**Ćwikła (Olb)**

Składniki: Burak, Chrzan w wiaderku (**mleko**), Ocet winny

**Kompot owocowy (Olb)**

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

 **19.05.2023 Piątek**

I Śniadanie 243 kcal

**Chleb Kłos Orkisz**

**Masło ekstra (mleko)**

**Pasta twarogowa z makrelą w pomidorach (Olb)**

Składniki: Ser twarogowy półtłusty (**mleko**), Śmietana 18% (**mleko**), **Makrela** w pomidorach

**Rzodkiewka**

**Kawa zbożowa na mleku (Olb)**

Składniki: **Mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, Kawa zbożowa (**żyto, jęczmień**)

II Śniadanie 38 kcal

**Koktajl brzoskwinia, gruszka, seler, jabłko**

Składniki: Brzoskwinia w syropie, Banan, Gruszka, **Seler** korzeniowy, Jabłko, Cukier

Obiad 477 kcal

**Zupa fasolowa z makaronem (Olb)**

Składniki: Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Fasola biała, nasiona suche, Makaron świderki (**pszenica, soja**), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cebula, Natka pietruszki, Mąka **pszenna**, typ 500, Mix tłuszczowy (**mleko**), Czosnek, Majeranek, Sól biała, Pieprz

**Kopytka (Olb)**

Składniki: Ziemniaki, późne, Mąka **pszenna**, typ 450, **Jaja** kurze całe, Skrobia ziemniaczana, Masło ekstra (**mleko**), Sól biała

**Surówka z kapusty białej z marchewką (Olb)**

Składniki: Kapusta biała, Marchew, Śmietana 18% (**mleko**), Majonez (**jajka, gorczyca**), Sól biała

**Kompot owocowy (Olb)**

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

## Podwieczorek 106 kcal

### Jogurt o smaku ananasowym (Olb)

Składniki: Jogurt grecki (**mleko**), Ananas, plastry w syropie, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), **Mleko** krowie, 3,2% tłuszczu

## Podwieczorek 110 kcal

### Kasza manna z wiśnią i bananem (Olb)

Składniki: **Mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, Banan, Kasza manna (**pszenica**), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), Wiśnie bez pestek, mrożone

## Podwieczorek 102 kcal

### Śmietanowiec z galaretką (Olb)

Składniki: Śmietana do gotowania 15% Rama (**mleko**, **laktoza**), Śmietanka 30% (**mleko**), **Mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, Truskawki, mrożone, Cukier wanilinowy, Cukier, Galaretka truskawkowa, w proszku, Galaretka agrestowa, w proszku, Galaretka cytrynowa, w proszku, Żelatyna, Galaretka pomarańczowa, w proszku

## Podwieczorek 109 kcal

### Ciasto

Składniki: Jabłko, Mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, **Jaja** kurze całe, Skrobia ziemniaczana, Cukier

## Podwieczorek 96 kcal

### Banan