

Dzień wolny

📅 02.05.2023 **Wtorek**

Dzień wolny

I Śniadanie 268 kcal

Chleb pszenny**Płatki owsiane na mleku kokosowym (Olb) (bml)**Składniki: Woda, Mleko kokosowe, Płatki **owsiane****Dżem truskawkowy, niskosłodzony****Margaryna roślinna Flora****Herbata czarna, bez cukru**

Składniki: Woda, Herbata czarna

II Śniadanie 34 kcal

Jabłko

📅 04.05.2023

Czwartek

I Śniadanie 297 kcal

Margaryna roślinna**Flora****Płatki kukurydziane na mleku kokosowym (Olb) (bml)**

Składniki: Woda, Mleko kokosowe, Płatki kukurydziane

Herbata czarna, bez cukru

Składniki: Woda, Herbata czarna

Ogórek kiszony**Chleb mazowiecki (pszenica, żyto)****Paszтет warzywny (Olb) (bml)**Składniki: Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Cebula, Ciecierzycza, nasiona suche, Bułka tarta (**pszenica**), Czosnek, Czosnek granulowany, Olej rzepakowy, Sól biała, Pieprz**Sałata**

II Śniadanie 34 kcal

Jabłko📅 05.05.2023 **Piątek**

Dzień wolny

Dzień wolny

I Śniadanie 267 kcal

Pasta z soczewicy, papryki, suszonych pomidorów, włoszczyznySkładniki: Soczewica czerwona, nasiona suche, Papryka czerwona, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Suszone pomidory**Rzodkiewka****Chleb Kłos Orkisz****Margaryna roślinna Flora****Kawa zbożowa na mleku kokosowym (Olb)**Składniki: Mleko kokosowe, Woda, Kawa zbożowa (**żyto, jęczmień**)**Ogórek**

II Śniadanie 51 kcal

Koktajl ananas, gruszka, cytrusy

Składniki: Ananas, Gruszka, Mandarynki, Pomarańcza, Banan, Cukier

Obiad 505 kcal

Kompot owocowy (Olb)

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

Zupa jarzynowa z ziemniakami (Olb) (bml)

Składniki: Ziemniaki, Marchew, Kalafior, mrożony, Groszek zielony, mrożony, Fasolka szparagowa, mrożona, Brokuły, mrożone, Cebula, Śmietana roślinna Flora Plant 31%, **Seler** korzeniowy, Natka pietruszki, Mąka **pszenna**, typ 500, Margaryna roślinna Flora, Sól biała, Pieprz

Makaron w sosie pomidorowym z ciecierzycą (bml)

Składniki: Makaron świderki (**pszenica**, **soja**), Ciecierzycza, nasiona suche, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Pulpa pomidorowa, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Śmietana roślinna Flora Plant 15%, Mąka **pszenna**, typ 500, Olej rzepakowy, Czosnek granulowany, Sól biała, Pieprz, Oregano suszone

Podwieczorek 115 kcal

Mus jabłkowy (Olb) (bml, bc)

Składniki: Mleko kokosowe, Jabłko prażone

Obiad 352 kcal

Kompot owocowy (Olb)

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

Makaron z jabłkiem (Olb) (bml)

Składniki: Makaron świderki (**pszenica**, **soja**), Jabłko prażone, Jabłko, Margaryna roślinna Flora, Cukier, Cukier wanilinowy, Sól biała, Cynamon

Zupa kalafiorowa z ziemniakami (Olb) (bml, bm)

Składniki: Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Ziemniaki, Cebula, Śmietana roślinna Flora Plant 15%, Mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, Natka pietruszki, Czosnek, Sól biała, Pieprz

Podwieczorek 115 kcal

Mus o smaku brzoskwiowym (Olb) (bml, bc)

Składniki: Mleko kokosowe, Brzoskwinia w syropie

Obiad 522 kcal

Zupa z czerwonej soczewicy z makaronem (Olb) (bml)

Składniki: Soczewica czerwona, nasiona suche, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Makaron świderki (**pszenica**, **soja**), Marchew, Cebula, Mąka **pszenna**, typ 500, Olej rzepakowy, Czosnek, Sól biała, Majeranek, Pieprz, Natka pietruszki

Ryż z sosem truskawkowym (Olb) (bml)

Składniki: Ryż biały, Truskawki, Mleko kokosowe, Śmietana roślinna Flora Plant 15%, Dżem truskawkowy, niskosłodzony, Mąka ziemniaczana, Cukier

Kompot owocowy (Olb)

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

Podwieczorek 46 kcal

Pomarańcza