

Dzień wolny

📅 02.05.2023 Wtorek

I Śniadanie 298 kcal

Płatki owsiane na mleku (Olb)Składniki: Mleko krowie, 3,2% tłuszczu, Płatki owsiane**Chleb pszenny****Masło ekstra (mleko)****Dżem truskawkowy, niskosłodzony****Herbata czarna, bez cukru**

Składniki: Woda, Herbata czarna

II Śniadanie 34 kcal

Jabłko

Dzień wolny

📅 04.05.2023

Czwartek

I Śniadanie 318 kcal

Płatki kukurydziane na mleku (Olb)Składniki: Mleko krowie, 3,2% tłuszczu, Płatki kukurydziane**Chleb mazowiecki (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 (mleko, laktoza), Czosnek, Czosnek granulowany, Olej rzepakowy, Sól biała, Pieprz**Ogórek kiszony****Herbata czarna, bez cukru**

Składniki: Woda, Herbata czarna

II Śniadanie 34 kcal

Jabłko

📅 05.05.2023 Piątek

Dzień wolny

I Śniadanie 250 kcal

Chleb Kłos Orkisz**Masło ekstra (mleko)****Twarożek z tuńczykiem (Olb)**Składniki: Ser twarogowy półtłusty (mleko), Tuńczyk w oleju, Śmietana 18% (mleko), Mleko krowie, 3,2% tłuszczu, Musztarda (gorczyca), Ketchup łagodny**Rzodkiewka****Kakao (Olb) (bc)**Składniki: Mleko krowie, 3,2% tłuszczu, Kakao 16%, proszek

II Śniadanie 51 kcal

Koktajl ananas, gruszka, cytrusy

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

Dzień wolny

Obiad 435 kcal

Zupa jarzynowa z ziemniakami (Olb)

Składniki: Ziemniaki, Marchew, Kalafior, mrożony, Fasolka szparagowa, mrożona, Cebula, Śmietana 18% (**mleko**), Groszek zielony, mrożony, Brokuły, mrożone, **Seler** korzeniowy, Natka pietruszki, Mąka **pszenna**, typ 500, Mix tłuszczowy (**mleko**), Sól biała, Pieprz

Spaghetti z mięsem wieprzowym w sosie pomidorowym (Olb)

Składniki: Wieprzowina szynka surowa, Makaron **pszenny** bezjajeczny, Pulpa pomidorowa, Cebula, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Śmietana do gotowania 15% Rama (**mleko**, **laktoza**), Mąka **pszenna**, typ 500, Czosnek, Sól biała, Pieprz, Oregano suszone

Kompot owocowy (Olb)

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

Podwieczorek 123 kcal

Serek jabłkowy

Składniki: Ser sernikowy (**mleko**, **laktoza**), Serowe nadzienie (**pszenica**, **mleko**, **laktoza**), **Mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, Jabłko prażone

Obiad 431 kcal

Zupa kalafiorowa z ziemniakami (Olb)

Składniki: Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), Ziemniaki, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Cebula, Śmietana 18% (**mleko**), Mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, Mix tłuszczowy (**mleko**), Czosnek, 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 (**mleko**), Sól biała

Kompot owocowy (Olb)

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

Podwieczorek 104 kcal

Jogurt o smaku brzoskwiowym (Olb)

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

Obiad 519 kcal

Zupa z czerwonej soczewicy z makaronem (Olb)

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

Ryż z sosem truskawkowym (Olb)

Składniki: **Mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, Truskawki, Ryż biały, Jogurt grecki (**mleko**), Dżem truskawkowy, niskosłodzony, Cukier, Mąka ziemniaczana, Sól biała

Kompot owocowy (Olb)

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

Podwieczorek 46 kcal

Pomarańcza