

## 2023 – MENU PRZEDSZKOLNE

*Firma J.B. Partners Anna Topa nie ponosi odpowiedzialności za dzieci z dietami eliminacyjnymi w alergii pokarmowej, firma jedynie wyklucza składniki z diety*

*-Firma J.B. Partners Anna Topa ściśle przestrzega Rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016 r. w sprawie grup środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełniać środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego.*

| DATA                                                                           | ŚNIADANIE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | ZUPA                                                                                                                                                                                                           | II DANIE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | PODWIECZOREK                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 03.04.2023<br><br>Poniedziałek<br><br>Kcal:928,4<br>B:11,8<br>T:21,3<br>W:88,6 | Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem 40g , (1,7) pastą owocową 10g<br><br>dodatkowo: Płatki kukurydziane na mleku 200ml/10g (1,5,6,7)<br><br>(składniki: pieczywo <u>pszenne i żytnie</u> , <u>masło</u> extra, dżem niskosłodzony, <u>mleko</u> 2% tłuszczu, płatki kukurydziane, kakao, warzywa korzenne, banan, avocado)<br><b>Alergeny:1,5,6,7,8</b> | Zupa jarzynowa, gotowana na wywarze warzywnym, 200ml<br><br>(składniki: marchewka, brokuł, kalafior, groszek, por, ziemniaki, natka pietruszki, <u>śmietana</u> )<br><br><b>Alergeny: 7</b>                    | Kurczak duszony w sosie z kaszą kuskus 130/100g, surówka z kapusty z pomidorem 95g<br><b>kompot z owoców mrożonych 200ml</b><br>(składniki, mięso z kurczaka bez skóry, kasza kuskus, marchew, pietruszka, por, fasolka zielona, groszek zielony, cebula, kapusta, marchewka, chrzan, przyprawy, owoce mrożone)<br><br><b>Alergeny:1</b> | jabłko 70g<br><br><b>Alergeny: brak</b>                                                                                                          |
| wtorek<br><br>04.04.2023<br><br>Kcal:1003,2<br>B:18,4<br>T:31,4<br>W:101,3     | Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem 40g (1,7), pasztetem wieprzowym-wyrób własny 20g (3), pomidor 10g<br><br>(składniki: pieczywo <u>pszenne i żytnie</u> , <u>masło</u> , przyprawy, pomidor)<br><b>Alergeny:1,3,7</b>                                                                                                                                 | Rosół drobiowy z makaronem 200ml/50g<br>Składniki : ( drób, warzywa-pietruszka, marchewka, cebula, makaron <u>pszenny</u> , kapusta)<br><b>alergen:1</b>                                                       | Kotlet siekany z indyka 85g, puree ziemniaczane z koperkiem 90g, bukiet warzyw na ciepło 70g<br><b>kompot z owoców mrożonych 200ml</b><br>(składniki: mięso drobiowe bez skóry, brokuły, <u>iajka</u> , bułka tarta- <u>pszenna</u> , mąka <u>pszenna</u> , ziemniaki, cebula,, ogórek zielony)<br><br><b>Alergeny:1,3</b>               | Biszkopt 30g<br><br>(składniki: mąka pszenna, sól, Produkt może zawierać <u>orzeszki arachidowe</u> , <u>soję</u> ,<br><br><b>Alergeny: 5,6,</b> |
| 05.04.2023<br><br>Środa<br><br>Kcal:1116,3<br>B:16,7<br>T:43,2<br>W:123,1      | Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem 40g (1,7) polędwicą z indyka 96% mięsa 10g, ogórek zielony 10g<br><br>dodatkowo: Płatki górskie na mleku 200g/10g (1,7)<br><br>(składniki: pieczywo <u>pszenne i żytnie</u> , <u>masło</u> , polędwica z indyka, pomidor, ogórek zielony, <u>mleko</u> 2%, oczyszczone ziarno <u>owsa</u> )<br><b>Alergeny:1,7</b>  | Zupa barszcz ukraiński z ziemniakami, gotowany na bulionie warzywnym 200ml<br><br>(składniki: buraki, marchewka, fasola, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy, natka pietruszki)<br><br><b>Alergeny: brak</b> | Pyzy ziemniaczane 150 okraszone cebulką duszoną 200/5g<br><b>kompot z owoców mrożonych 200ml</b><br>(składniki: woda, ziemniaki, mąka <u>pszenna</u> , olej, przyprawy)<br><br><b>Alergeny:1,7</b>                                                                                                                                       | Kisiel z musem owocowym 70g<br>składniki mąka ziemniaczana miksowane owoce<br><b>Alergeny: brak</b>                                              |

|                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>6.04.2023</p> <p>Czwartek</p> <p>Kcal:1120,4<br/>B:19,9<br/>T:39,5<br/>W:123,2</p> | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem 55g, (1,7) szynką 10g, ogórek 10g, rzodkiewka 5g</p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, ogórek zielony, rzodkiewka, szynka drobiowa- mięso z uda kurczaka, przyprawy, emulgator)</p> <p>Alergeny:1,7</p>                                                                         | <p>Zupa kalafiorowa gotowana na wywarze warzywnym, serwowana z natką pietruszki 200ml</p> <p>(składniki kalafior, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy)</p> <p>Alergeny: brak</p>                       | <p>Pulpet wieprzowy gotowany w sosie pomidorowym 85/50g, kasza jęczmienna 90g, buraczki na ciepło 60g<br/><b>kompot z owoców mrożonych 200ml</b></p> <p>(składniki: mięso wieprzowe, <u>jajka</u>, bułka tarta, mąka <u>pszenna</u>, przyprawy, kasza <u>jęczmienna</u>, kapusta czerwona, jabłka, olej, koncentrat)</p> <p>Alergeny:1,3</p> | <p>Wafle ryżowe z prażonymi jabłkami 12g</p> <p>(składniki: ryż preparowany, jabłka)</p> <p>Alergeny: brak</p>                             |
| <p>7.04.2023</p> <p>Piątek</p> <p>Kcal:988,1<br/>B:18,8<br/>T:35,1<br/>W:111,2</p>    | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem 40g /5 (1,7) pastą bananową 20g</p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u>, <u>masło</u> extra, <u>twaróg</u> chudy, banany)</p> <p>Alergeny:1,7</p>                                                                                                                                                                      | <p>Pomidorowa z makaronem z dodatkiem kurkumy, 180ml</p> <p>(składniki: woda, pomidorowa passata marchewka, imbir pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy, <u>makaron pszenny</u>, śmietana)</p> <p>Alergeny: 1,7</p> | <p>Kotlet z miruny 80g, puree ziemniaczane 90g, surówka domowa z kapusty kwaszonej 60g<br/><b>kompot z owoców mrożonych 200ml</b></p> <p>(składniki: <u>miruna bez skóry</u>, <u>jajka</u>, mąka <u>pszenna</u>, bułka tarta-<u>pszenna</u>, ziemniaki, kapusta kwaszona, marchew, jabłko, koperek przyprawy)</p> <p>Alergeny:1,3,4,7</p>    | <p>Ciasto z owocami 60g</p> <p>(składniki: mąka <u>pszenna</u>, marchew, olej, <u>jajko</u>, cukier, owoce leśne)</p> <p>Alergeny: 1,3</p> |
| <p>10.04.2023</p> <p>Poniedziałek</p>                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>WIELKANOC</p>                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                            |
| <p>11.04.2023</p> <p>Wtorek</p> <p>Kcal:1015,3<br/>B:11,5<br/>T:30,1<br/>W:101,4</p>  | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7) szynką drobiową 92% mięsa 10g,, ogórkiem 10g</p> <p><b>dodatkowo: Płatki górskie na mleku 180g (1,7)</b></p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, warzywa sezonowe, szynka drobiowa, <u>mleko</u> 2%, oczyszczone ziarno <u>owsa</u>, <u>ogórek</u>)</p> <p>Alergeny:1,7</p> | <p>Zupa z fasolki z ziemniakami, gotowana na bulionie warzywnym, serwowana z natką pietruszki 200ml</p> <p>(składniki: woda, marchewka, pietruszka, por, fasolka zielona, ziemniaki)</p> <p>Alergeny: brak</p>      | <p>Makaron bolognese 130g,</p> <p>(składniki: makaron <u>pszenny</u>, mięso wieprzowe, koncentrat pomidorowy 30%, mąka <u>pszenna</u>,</p> <p>Alergeny:1</p>                                                                                                                                                                                 | <p>jabłko 70g</p> <p>Alergeny: brak</p>                                                                                                    |

|                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12.04.2023<br>Środa<br>Kcal:984,6<br>B:17,3<br>T:38,2<br>W:113,1       | <p><b>Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem 40g, (1,7) marmolada 20g (3)</b></p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u>, sól, pieprz, marmolada, sól, przyprawy)</p> <p><b>Alergeny:1,3,7</b></p>                                                                                                                            | <p><b>Krem z białych warzyw z grzankami gotowany na wywarze warzywnym, 200ml</b></p> <p>(składniki: pietruszka, por, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy grzanki <u>pszenne</u> ,śmietana)</p> <p><b>Alergeny: 1,7</b></p>          | <p><b>Filet drobiowy, 85g, puree ziemniaczane, sałatka z marchewki na ciepło 50g kompot z owoców mrożonych 200ml</b></p> <p>(składniki: mięso drobiowe bez skóry, jarmuż, <u>jajka</u>, <u>bułka tarta-pszenna</u>, ziemniaki, marchewka, przyprawy)</p> <p><b>Alergeny: 1,3</b></p>                                                                                     | <p><b>Biszkopty 30g</b></p> <p>(składniki: mąka pszenna, sól, Produkt może zawierać <u>orzeszki arachidowe</u>, <u>soje</u>,</p> <p><b>Alergeny: 5,6,</b></p>             |
| 13.04.2023<br>Czwartek<br>Kcal:984,4<br>B:14,2<br>T:30,5<br>W:98,4     | <p><b>Bułka pszenna oraz razowy z masłem, 30g (1,7) pasta jajeczna z fetą 10g dodatkowo: Płatki kukurydziane na mleku 180ml (1,5,6,7)</b></p> <p>(składniki: bułka <u>pszenna</u>, <u>masło</u> extra, jajka feta, , <u>mleko</u> 2% tłuszczu, płatki kukurydziane)</p> <p><b>Alergeny:1,3,7</b></p>                                                                       | <p><b>Zupa ogórkowa z ziemniakami, gotowana na wywarze warzywnym, serwowana z natką pietruszki 200ml</b></p> <p>(składniki: ogórki kwaszone, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, natka pietruszki)</p> <p><b>Alergeny: brak</b></p> | <p><b>Kluski śląskie z gulaszem wołowym 150g kompot z owoców mrożonych 200ml</b></p> <p>(składniki: mąka <u>pszenna</u>, wołowina, warzywa, owoce mrożone)</p> <p><b>Alergeny:1</b></p>                                                                                                                                                                                  | <p><b>Ryż z pieczonym jabłkiem i cynamonem oraz kardamonem 50g</b></p> <p>(składniki: ryż, jabłko, kardamon, cynamon)</p> <p><b>Alergeny: 1,7</b></p>                     |
| 14.04.2023<br>Piątek<br>Kcal:983,2<br>B:12,3<br>T:29,4<br>W:93,6       | <p><b>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g, (1,7) polędwicą z piersi indyka 96%, 10g pomidor, ogórek zielony 10g</b></p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u>, polędwica z indyka, pomidor, ogórek zielony)</p> <p><b>Alergeny:1,7</b></p>                                                                                | <p><b>Zupa krupnik z ziemniakami gotowany na bulionie warzywnym 200ml</b></p> <p>(składniki: woda, kasza <u>jeczmienna</u>, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy)</p> <p><b>Alergeny:1</b></p>                             | <p><b>Filet rybny panierowany 70g, puree ziemniaczane z koperkiem 90g, surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z dodatkiem papryki 70g kompot z owoców mrożonych 200ml</b></p> <p>(składniki: <u>miruna bez skóry</u>, <u>jajka</u>, mąka <u>pszenna</u>, bułka tarta-<u>pszenna</u>, ziemniaki, kapusta pekińska, papryka św, marchew)</p> <p><b>Alergeny:1,3,4</b></p> | <p><b>Ciasto z owocami 40g</b></p> <p>(składniki: mąka <u>pszenna</u>, marchew, olej, <u>jajko</u>, cukier, owoce leśne)</p> <p><b>Alergeny: 1,3</b></p>                  |
| 17.04.2023<br>poniedziałek<br>Kcal:974,5<br>B:15,1<br>T:23,3<br>W:92,4 | <p><b>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g, (1,7) twarogiem waniliowym z rodzynkami 20g, (7) dodatkowo: Kaszka manna na mleku z rodzynkami 180g (1,7,12)</b></p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u>, <u>twaróg</u> półtłusty, wanilia, kasza manna, <u>mleko</u> 2%, <u>rodzynki</u>)</p> <p><b>Alergeny:1,7,12</b></p> | <p><b>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami, gotowany na bulionie warzywnym 200ml</b></p> <p>(składniki: buraki, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy, natka pietruszki)</p> <p><b>Alergeny: brak</b></p>                    | <p><b>Potrawka z indyka z ryżem 155g surówka marchewka z ananase 60g kompot z owoców mrożonych 200ml</b></p> <p>(składniki: ryż, indyk bez skóry, groszek, marchewka, ananas cebula, papryka, por, przyprawy)</p> <p><b>Alergeny: brak</b></p>                                                                                                                           | <p><b>Chrupki kukurydziane 15g</b></p> <p>(składniki: kasza kukurydziana. Produkt może zawierać <u>orzeszki arachidowe</u>, <u>soje</u>,</p> <p><b>Alergeny: 5,6,</b></p> |

|                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 18.04.2023<br>wtorek<br>Kcal:984,6<br>B:14,2<br>T:23,1<br>W:98,4    | <p><b>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7), pastą drobiową - wyrób własny 20g, ogórkiem kwaszonym 10g</b></p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, mięso drobiowe, warzywa)</p> <p><b>Pasta drobiowa -wyrób własny</b><br/>(składniki: mięso drobiowe bez skóry, bułka <u>pszenna</u>, warzywa w zmiennych proporcjach)</p> <p><b>Alergeny:1,7</b></p> | <p><b>Zupa ogórkowa gotowana na bulionie warzywnym 200ml</b></p> <p>(składniki: woda, ogórek kwaszony, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy)</p> <p><b>Alergeny: brak</b></p>                                                 | <p><b>udko drobiowe bez kości panierowane w piecu 85g, puree ziemniaczane 100 , surówka buraki na ciepło 65g</b></p> <p>(składniki: udko drobiowe, ziemniaki, , kapusta biała, marchewka, jajko, bułka tarta)</p> <p><b>Alergeny:1,3</b></p>                                         | <p><b>Jabłko 70g</b></p> <p><b>Alergeny: brak</b></p>                                                                                          |
| 19.04.2023<br>Środa<br>Kcal:1019,2<br>B:19,2<br>T:39,4<br>W:93,6    | <p><b>Chleb pszenno i żytni z masłem 25g, (1,7) parówka drobiowa 40g,</b></p> <p><b>dodatkowo: Warzywna pasta curry 20g</b></p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u>, <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, parówka drobiowa, soczewica, <u>sezam</u>)</p> <p><b>Alergeny:1,7,11</b></p>                                                                                                                              | <p><b>Rosół drobiowy z makaronem, serwowany z natką pietruszki 200ml</b></p> <p>(składniki: woda, mięso drobiowe bez skóry, makaron <u>pszenno</u>, por, marchewka, pietruszka, natka pietruszki, przyprawy)</p> <p><b>Alergeny:1</b></p> | <p><b>Pierogi ukraińskie okraszane duszoną cebulką 180/10g</b></p> <p>(składniki: ziemniaki, <u>twaróg</u> półtłusty, mąka <u>pszenna</u>, cebula, przyprawy)</p> <p><b>Alergeny:1,7</b></p>                                                                                         | <p><b>Wafle ryżowe z prażonymi jabłkami 70g</b></p> <p>(składniki: ryż preparowany, jabłka)</p> <p><b>Alergeny: brak</b></p>                   |
| 20.04.2023<br>Czwartek<br>Kcal:985,9<br>B:18,3<br>T:38,6<br>W:102,6 | <p><b>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7) polędwicą drobiową 10g, ogórek świeży 10g,</b></p> <p><b>dodatkowo: makaron na mleku (1,7) 180ml</b></p> <p>(składniki :pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u>, <u>masło</u>, polędwica drobiowa, ogórek, , <u>makaron pszenno</u>, <u>mleko</u> 2%)</p> <p><b>Alergeny:1,7</b></p>                                                               | <p><b>Zupa kapuśniak z ziemniakami, gotowana na bulionie warzywnym, serwowana z natką pietruszki 200ml</b></p> <p>(składniki: marchewka, pietruszka, por, kapusta, ziemniaki, <u>śmietana</u>)</p> <p><b>Alergeny: 7</b></p>              | <p><b>Kotlet rybny 70g, puree ziemniaczane z koperkiem 90g, surówka z kapusty kiszanej 70g</b></p> <p>(składniki: <u>miruna bez skóry</u>, <u>jajka</u>, mąka <u>pszenna</u>, szczypiorek, bułka tarta-<u>pszenna</u>, ziemniaki, kapusta, marchew)</p> <p><b>Alergeny:1,3,4</b></p> | <p><b>Kisiel z owocami 100g</b></p> <p>(składniki: woda, skrobia ziemniaczana, przecier owocowy)</p> <p><b>Alergeny: brak</b></p>              |
| 21.04.2023<br>piątek<br>Kcal:984,4<br>B:14,2<br>T:30,5<br>W:98,4    | <p><b>Chleb pszenno-żytni z masłem 25g (1,7),paprykarz z makreli wyrób własny 20g, ogórek kiszony 10g (4)</b></p> <p>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u>, <u>żytnie</u>, <u>masło</u> extra, dorsz pomidory, papryka, og kiszony)</p> <p><b>Alergeny:1,7</b></p>                                                                                                                                                     | <p><b>Krem z marchewki z dodatkiem imbiru, z ziemniakami, serwowany z grzankami 200ml</b></p> <p>(składniki: woda, marchewka, imbir, ziemniaki, grzanki <u>pszenne</u>, przyprawy)</p> <p><b>Alergeny: 1</b></p>                          | <p><b>Naleśniki z serkiem waniliowym 120/30 gr</b></p> <p>(składniki: mąka <u>pszenna</u>, twaróg, <u>mleko</u>, <u>jajko</u>, proszek do pieczenia, olej rzepakowy)</p> <p><b>Alergeny: 1,3,7</b></p>                                                                               | <p><b>Wafle ryżowe z pastą czekoladową na bazie awokado 40g</b></p> <p>składniki: ryż, kakao, awokado, banan,</p> <p><b>Alergeny: brak</b></p> |

|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 24.04.2023<br><br>Poniedziałek<br><br>Kcal:1015,8<br>B:18,6<br>T:39,4<br>W:103,4 | <b>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7) twarogiem waniliowym 20g, (7)</b><br><br><b>dodatkowo: ryż mleku z rodzynkami 180g (1,7,12)</b><br><br>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u> , <u>masło</u> , <u>twaróg</u> półtłusty, wanilia, ryż, <u>mleko</u> 2%, <u>rodzynki</u> )<br><br><b>Alergeny:1,7,12</b>                                                | <b>Zupa jarzynowa z ziemniakami, gotowana na bulionie warzywnym, serwowana z natką pietruszki 200ml</b><br><br>(składniki: marchewka, pietruszka, por, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa, ziemniaki)<br><br><b>Alergeny: brak</b> | <b>Makaron bolognese 130g,</b><br><br>(składniki: makaron <u>pszenny</u> , mięso wieprzowe, koncentrat pomidorowy 30%, mąka <u>pszenna</u> ,<br><br><b>Alergeny:1</b>                                                                                                                                                                           | <b>jablko 70g</b><br><br><b>Alergeny: brak</b>                                                                                                           |
| 25.04.2023<br><br>Wtorek<br><br>Kcal:962,3<br>B:17,2<br>T:29,3<br>W:101,5        | <b>Chleb mieszany pszenno-żytni oraz razowy z masłem 25g (1,7) Polędwica wieprzowa 15g, pomidor 10g</b><br><br>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u> , <u>masło</u> , mięso drobiowe, <u>pomidor</u> )<br><br><b>Alergeny:1,7</b>                                                                                                                                                   | <b>Zupa pomidorowa z ryżem, gotowana na bulionie warzywnym z natką pietruszki 200ml</b><br><br>(składniki: woda, marchew, pietruszka, por, ryż, koncentrat pomidorowy, przyprawy)<br><br><b>Alergeny: brak</b>                       | <b>Kotlet mielony wieprzowy pieczony w piecu konwekcyjno-parowym 70g puree ziemniaczane 90g, surówka z buraczków na ciepło 60g</b><br><br>(składniki: mięso wieprzowe, <u>jajka</u> , bułka tarta- <u>pszenna</u> , mąka <u>pszenna</u> , ziemniaki, przyprawy, buraki, jabłka)<br><br><b>Alergeny:1,3</b>                                      | <b>Biszkopty 30g</b><br><br>(składniki: mąka pszenna, sól, Produkt może zawierać <u>orzeszki arachidowe</u> , <u>soje</u> ,<br><br><b>Alergeny: 5,6,</b> |
| 26.04.2023<br><br>Środa<br><br>Kcal:1116,3<br>B:16,7<br>T:43,2<br>W:123,1        | <b>Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem 40g (1,7) polędwicą z indyka 96% mięsa 10g, ogórek zielony 10g</b><br><br><b>dodatkowo: Płatki górskie na mleku 200g/10g (1,7)</b><br><br>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> i <u>żytnie</u> , <u>masło</u> , polędwica z indyka, pomidor, ogórek zielony, <u>mleko</u> 2%, oczyszczone ziarno <u>owsa</u> )<br><br><b>Alergeny:1,7</b> | <b>Zupa kalafiorowa gotowany na wywarze warzywnym 200ml</b><br><br>(składniki: marchewka, por, kalafior pietruszka, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy, <u>śmietana</u> )<br><br><b>Alergeny:7</b>                               | <b>Kluski śląskie z sosem pomidorowym 120g/5g, surówka coleslaw 50g</b><br><b>kompot z owoców mrożonych 200ml</b><br><br>(składniki: woda, ziemniaki, mąka <u>pszenna</u> , pomidory pelatti, kapusta, marchewka, <u>śmietana</u> , olej, przyprawy)<br><br><b>Alergeny:1,7</b>                                                                 | <b>Budyń waniliowy 100g</b><br><br>składniki: budyń, mleko, wanilia<br><b>Alergeny:1,7</b>                                                               |
| 27.04.2023<br><br>Czwartek<br><br>Kcal:1120,4<br>B:19,9<br>T:39,5<br>W:123,2     | <b>Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem 40g /5 (1,7) pastą owocowa z avocado 20g</b><br><br>(składniki: pieczywo <u>pszenne</u> , <u>masło</u> extra, <u>twaróg</u> chudy, owoce mrożone, avocado)<br><br><b>Alergeny:1,7</b>                                                                                                                                                    | <b>Zupa z soczewicy gotowana na wywarze warzywnym, serwowana z natką pietruszki 200ml</b><br><br>(składniki: soczewica czerwona, marchewka, pietruszka, por, ziemniaki, przyprawy)<br><br><b>Alergeny: brak</b>                      | <b>Kotlet z dorsza 80g, puree ziemniaczane 90g,surówka domowa z kapusty kwaszonej 60g</b><br><b>kompot z owoców mrożonych 200ml</b><br><br>(składniki: <u>dorsz czarny</u> , <u>jajka</u> , mąka <u>pszenna</u> , bułka tarta- <u>pszenna</u> , ziemniaki, kapusta kwaszona, marchew, jabłko, koperek przyprawy)<br><br><b>Alergeny:1,3,4,7</b> | <b>Jabłko 60g</b><br><br><b>alergen brak</b>                                                                                                             |

|                                           |                                                                                                                                                                    |                                                                                      |                                                                                              |                                                                                 |
|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 28.04.2023                                | <b>Chleb mieszany pszenno-żytni 25g oraz razowy z masłem 55g, (1,7) szynką drobiową 10g, ogórek 10g, rzodkiewka 5g</b>                                             | <b>Zupa meksykańska 180ml</b>                                                        | <b>Płacki ziemniaczane z dynią I śliwką 150g<br/>kompot z owoców mrożonych 200ml</b>         | <b>Ciasto z owocami 60g</b>                                                     |
| Piątek                                    | (składniki: pieczywo <b>pszenne</b> i <b>żytnie</b> , <b>masło</b> extra, ogórek zielony, rzodkiewka, szynka drobiowa- mięso z uda kurczaka, przyprawy, emulgator) | (składniki: woda, groszek zielona, kukurydza, fasolka zielona, ziemniaki, przyprawy) | składniki: <b>mąka</b> drożdże, woda, <b>jajka</b> , przyprawy, dynia, śliwka, owoce mrożone | (składniki: mąka <b>pszenna</b> , marchew, olej, <b>jajko</b> , cukier, jabłko) |
| Kcal:988,1<br>B:18,8<br>T:35,1<br>W:111,2 | <b>Alergeny: 1,7</b>                                                                                                                                               | <b>Alergeny: brak</b>                                                                | <b>alergen: 1,3,</b>                                                                         | <b>Alergeny: 1,3</b>                                                            |

*Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, tymianek, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, cukier waniliowy. Produkty spożywcze niezbędne do wytworzenia w/w posiłków zgodnie z informacjami producentów mogą zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczycy.*

### Legenda:

1. Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 6. Soja i produkty pochodne 7.Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) 8.Orzechy 9.Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki i siarczyny 13. Łubin i produkty pochodne 14. Mięczaki i produkty pochodne.