

<u>PONIEDZIAŁEK</u> <u>18.03.2024</u>	<u>WTOREK</u> <u>19.03.2024</u>	<u>ŚRODA</u> <u>20.03.2024</u>	<u>CZWARTEK</u> <u>21.03.2024</u>	<u>PIĄTEK</u> <u>22.03.2024</u>
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
<p>*Zupa ziemniaczana 400-450ml (marchewka ,korzeń pietruszki, seler ,por, indyk natka, ziemniaki, sól, zioła, imbir)</p> <p>* Makaron spaghetti pszenny i bezgl. z sosem mięsno-pomidorowym z ziołami , ser morski dieta bez sera 260-320g (makaron pszenny lub bezgl. mięso łopatką wieprzową 50-60g sól, pieprz ,imbir, cebula , zioła, czosnek, olej rzepak , koper ,natka, passata pomidorowa , seler ,por ,marchew, pietruszka korzeń, mleko kokos .)</p> <p>Truskawka</p> <p><i>Kompot jabłkowy- rabarbar 200ml</i></p> <p>Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady</p>	<p>*Zupa pieczarkowa z makaronem 400-450ml (makaron pszenny lub bezgl. marchewka ,korzeń pietruszki, seler ,por, natka, koper, sól, zioła, ziemniaki, indyk, masło, imbir, mleko kokos.)</p> <p>* Ziemniaki z koperkiem 180g-220g</p> <p>*Ryba opiekana w warzywach 220-320g (ryba miruna 70-80g, jajka, mąka pszenna i bezgl. , sól ,pieprz cytrynowy, zioła , olej rzepak , passata pomidorowa, fasolka czerwona ,cukinia , brokuł ,cieciorka ,seler por, cebula, marchew)</p> <p>Jabłko</p> <p><i>Kompot jabłkowy -marchew 200ml</i></p>	<p>*Zupa krem z marchewki z prażonym słonecznikiem 400-450ml (marchewka ,korzeń pietruszki, seler ,masło ,por, indyk natka, koper, sól, zioła, imbir)</p> <p>* Ziemniaki z koperkiem 180g-220g</p> <p>* Kotlet drobiowy panierowany 70-80g (filet, jajka ,mąka pszenna , bezgl. ,bułka tarta , bułka bezgl. olej rzepakowy ,zioła ,sól, pieprz)</p> <p>*Mix sałat z ziołami i prażonym migdałem 150-160g (olej rzepak , sól, cytryna, rzodkiewka, kukurydza, czosnek, pomidor, szczypior, natka pietruszki, seler naciowy , granat)</p> <p>Jabłko</p> <p><i>Kompot jabłkowy 200ml</i></p>	<p>*Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400-450ml (kalafior ,marchewka ,korzeń pietruszki, seler ,masło ,por, natka, koper, sól, zioła, ziemniaki ,imbir, indyk, mleko kokos.)</p> <p>*Ryż z jabłkami i polewą jogurtowo cynamonową dieta bez polewy 220-320g (olej rzepak , cukier waniliowy, cukier ,sól, jabłko ,cynamon)</p> <p>Melon</p> <p><i>Kompot jabłkowy -wiśnia 200ml</i></p>	<p>*Zupa krupnik z kaszą jaglaną 400-450ml (marchewka ,korzeń pietruszki, seler ,por, indyk natka, koper, sól, zioła, imbir)</p> <p>* Ziemniaki z koperkiem 180g-220g</p> <p>*Pulpet w sosie pieczarkowym 70-80g (łopatką wieprzową, pieprz, sól, cebula ,czosnek ,zioła, koper ,natka ,jajka , veka, mąka bezgl. mąka pszenna ,olej rzepak ,pieczarki , mleko kokos.)</p> <p>*Surówka z kapusty kiszzonej z żurawiną 150-160g (olej rzepak, marchew, jabłko, cebula ,sól, pieprz, natka pietruszki)</p> <p>Jabłko</p> <p><i>Kompot jabłkowy- porzeczka 200ml</i></p>

--	--	--	--	--

--	--	--	--	--