

<u>PONIEDZIAŁEK</u> <u>10.06.2024</u>	<u>WTOREK</u> <u>11.06.2024</u>	<u>ŚRODA</u> <u>12.06.2024</u>	<u>CZWARTEK</u> <u>13.06.2024</u>	<u>PIĄTEK</u> <u>14.06.2024</u>
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
<p>* Zupa pomidorowa z ryżem 400-450ml (passata pomidorowa, marchew, <b>seler</b>, <b>masło</b> por ,natka ,koper, sól, zioła, mleko kokos .indyk , pietruszka korzeń, imbir, mleko kokos, zioła ,sól)</p> <p>* Ziemniaki młode z koperkiem 180g-220g</p> <p>* Kotlet schabowy panierowany 70-80g (filet z kurczaka, <b>jajka</b> ,<b>mąka pszenna</b> lub bezgl. , <b>bułka tarta</b> , bułka bezgl. olej rzepakowy ,zioła ,sól, pieprz)</p> <p>*Kapusta młoda zasmażana 150-160g ( olej rzepak , <b>mało</b>, sól, koperek, cukier, zioła, ocet jabłko</p> <p>Brzoskwinia</p> <p><i>Kompot jabłkowy 200ml</i></p> <p>Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem wg załącznika II Dziennika Urzędowego Unii Europejskiej L 304/43</p>	<p>*Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400-450ml (kalafior, marchewka ,korzeń pietruszki, <b>seler</b> ,ziemniaki ,por, indyk natka, koper, sól, zioła, mleko kokos.)</p> <p>* Łazanki z kapusty mieszanej z mięsem wieprzowym 220-320g (cebula ,czosnek ,mięso łopatka 40g, olej rzepakowy , sól, zioła, pieprz, kapusta kiszona, kapusta słodka ,<b>makaron pszenny</b> lub bezgl. )</p> <p>Arbuz</p> <p><i>Kompot jabłkowy wiśnia 200ml</i></p>	<p>*Zupa pieczarkowa z <b>makaronem</b> 400-450ml (<b>makaron pszenny</b> lub bezgl. marchewka ,korzeń pietruszki, <b>seler</b> ,por, natka, koper, sól, zioła, ziemniaki, indyk, <b>masło</b>, imbir, mleko kokos.)</p> <p>* Ziemniaki młode z koperkiem 180g-220g</p> <p>*Ryba zapiekana z brokułem 220-320g (ryba miruna 70-80g, sól ,pieprz cytrynowy, zioła , olej rzepak, brokuł ,<b>śmietana 30%</b>, <b>masło</b> )</p> <p>Mix sałat z i ziołami 150-160g ( olej rzepak , sól, cytryna, zioła rzodkiewka, kukurydza, czosnek, szczypior, natka pietruszki, seler naciowy, granat)</p> <p>Jabłko</p> <p><i>Kompot jabłkowy rabarbar 200ml</i></p>	<p>* Zupa <b>barszcz biały z jajkiem</b> 400-450ml dieta zupa jarzynowa ( marchew, korzeń ,por ,pietruszki, <b>seler</b>, natka, koper , imbir, indyk, sól, pieprz ,zioła, ziemniaki, mleko kokos.)</p> <p>*Naleśniki z serem białym i polewa jogurtowo - truskawkową 2-3 szt *dieta naleśniki bezgl. ze szpinakiem 2-3 szt (ser biały 100g , cukier ,<b>jaja</b> ,<b>mąka pszenna</b>, <b>mleko</b>, woda gaz. mąka bezgl.,olej rzepak , sól, cukier waniliowy ,jogurt naturalny , szpinak, <b>masło</b> , czosnek )</p> <p>Truskawka</p> <p><i>Kompot jabłkowy rabarbar 200ml</i></p>	<p>*Zupa krem brokołu z prażonym słonecznikiem 400-450ml (marchewka ,korzeń pietruszki, <b>seler</b> ,<b>masło</b> ,por, indyk natka, koper, sól, zioła,)</p> <p>* Kasza jęczmienna lub gryczana 180g-220g</p> <p>*Gulasz z indyka z pieczarkami (udo indyk 40-60g ,sól, pieprz, zioła ,cebula , czosnek, <b>seler</b>, olej rzepak, mleczko kokos.)</p> <p>*Surówka z kapusty białej z koperkiem 150-160g (marchew, jabłko, zioła ,sól , koperek olej rzepak)</p> <p>Jabłko</p> <p><i>Kompot jabłkowy marchew 200ml</i></p>