

	poniedziałek 2024-05-20	wtorek 2024-05-21	środa 2024-05-22	czwartek 2024-05-23	piątek 2024-05-24
Śniadanie	<p>Ogórek świeży 15g</p> <p>Rzodkiewka 15g</p> <p>.Płatki kukurydziane na napoju sojowym (200 g) 200g (06) Napój sojowy (mleko roślinne), Płatki kukurydziane</p> <p>Pieczywo mieszane z margaryną (30g/4g) 1 porcja 34g (01) Chleb pszenny, Chleb żytni razowy, Margaryna Rama Classic</p> <p>.Schab pieczony 15g Schab, pieczony</p> <p>Herbata rooibos 200g Herbata Rooibos, przygotowana bez cukru</p> <p>.Twarożek z tofu 15g (06) Tofu naturalne, .Mleko (mleczko) kokosowe (17-21% tłuszczu), Sok z cytryny</p>	<p>Papryka czerwona 15g</p> <p>Rzodkiewka 15g</p> <p>.Kawa zbożowa INKA na napoju owsianym z miodem (200 g) 200g (01) Napój Owsiany bez cukru, Kawa INKA zbożowa, Miód pszczeli</p> <p>.Bułka grahamka z margaryną 1 porcja 45g (01) Bułka grahamka, Margaryna Rama Classic</p> <p>.Szynka wieprzowa 15g Szynka wieprzowa gotowana</p> <p>.Dżem 100% owoców brzoskwiniowy (15 g) 15g Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony</p>	<p>Sałata lodowa 15g</p> <p>Pomidory koktajlowe 15g</p> <p>.Płatki jaglane na napoju sojowym (200 g) 200g (06) Napój sojowy (mleko roślinne), Płatki jaglane</p> <p>Pieczywo mieszane z margaryną (30g/4g) 1 porcja 34g (01) Chleb pszenny, Chleb żytni razowy, Margaryna Rama Classic</p> <p>.Polędwica sopocka 15g Polędwica sopocka</p> <p>.Pasta jajeczna z awokado 15g (03) Jaja kurze całe, Awokado, Oliwa z oliwek, Czosnek, Sok z cytryny</p> <p>.Herbata z cytryną 200g Herbata czarna, napar bez cukru, Cytryna</p>	<p>Papryka czerwona 29g</p> <p>Roszonka 1g</p> <p>.Bułka wieloziarnista z margaryną 1 porcja 45g (01) Bułka wieloziarnista, Margaryna Rama Classic</p> <p>.Szynka z piersi kurczaka 15g Szynka z piersi z kurczaka</p> <p>.Pasta z czerwonej fasoli 15g Fasola czerwona z puszki, Oliwa z oliwek z bazylią</p> <p>.Bawarka z napojem migdałowym (200 g) 200g (08) Napój migdałowy naturalny niesłodzony, Herbata czarna, napar bez cukru, Cukier</p>	<p>Pomidor 30g</p> <p>Sałata 1g</p> <p>.Kakao na napoju sojowym słodzone miodem (200 g) 200g (06) Napój sojowy (mleko roślinne), Kakao 16%, proszek, Miód pszczeli</p> <p>.Bufet szwedzki pieczywo z margaryną 45g 1 porcja 50g (01) Chleb graham, Chleb pszenny, .Bułka alpejska, Margaryna Rama Classic</p> <p>.Szynka wieprzowa 10g Szynka wieprzowa gotowana</p> <p>.Jajeczne talarki 10g (03) Jaja kurze całe</p> <p>.Ser wegański 10g Ser wegański ala Cheddar VIOLIFE</p>
Zupa	<p>.Zupa koperkowa z ziemniakami na wywarze warzywnym 250g (01, 09) Woda, Marchew, Ziemniaki, Pietruszka, korzeń, Por, Koper ogrodowy</p>	<p>.Zupa brokułowa z ziemniakami na wywarze warzywnym 250g (01, 03, 09) Woda, Brokuły, Marchew, Ziemniaki, Pietruszka, korzeń, Cebula, Por</p>	<p>.Kapuśniak z mięsikiem i ziemniakami na wywarze warzywnym 250g (09) Woda, Ziemniaki, średnio, Kapusta włoska, Wieprzowina, łopatka, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Marchew, Pietruszka, korzeń, Cebula, Koper ogrodowy,</p>	<p>.Minestrone - włoska zupa warzywna na wywarze warzywnym 250g (01, 03, 09) Woda, Kapusta biała, Makaron dwujajeczny, Pomidor, Cukinia, Marchew, Fasola biała z puszki, Papryka czerwona, Cebula, Pietruszka, korzeń, Por, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Czosnek</p>	<p>.Zupa pomidorowa z ryżem na wyw. warzywnym 250g (09) Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Woda, Marchew, Cebula, Ryż biały, Pietruszka, korzeń, Por, Czosnek, Pietruszka, liście (natka pietruszki)</p>

	poniedziałek 2024-05-20	wtorek 2024-05-21	środa 2024-05-22	czwartek 2024-05-23	piątek 2024-05-24
II danie	<p>.Kurczak z warzywami w sosie słodko-kwaśnym 101g Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Ananas, plastry w syropie, sok z puszki z ananasa, Marchew, Papryka czerwona, Mąka ziemniaczana, Imbir korzeń</p> <p>.Ryż (130 g) 130g Woda, Ryż parboiled</p> <p>.Surówka z kapusty pekińskiej z pomidorkami koktajl. i sosem winegret 60g Kapusta pekińska, Pomidory koktajlowe, Sok z cytryny</p> <p>.Fasolka szparagowa gotowana na parze 51g Fasola szparagowa</p> <p>.Kompot wielowocowy z miodem 200g Woda, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Aronia, mrożona, Porzeczki, mrożone, Miód pszczeli</p>	<p>.Pieczeń z indyka w sosie morelowym 100g Mięso z piersi indyka, bez skóry, Woda, Cebula, Morele.</p> <p>.Kasza pęczak (130 g) 130g (01) Woda, Kasza jęczmienna, pęczak,</p> <p>.Surówka z czerwonej kapusty 60g Kapusta czerwona, Sok z cytryny</p> <p>.Mix warzyw gotowanych na parze (50 g) 50g Kalafior, Brokuły, mrożone, Cukinia, Marchewka mini (babe), .Oliwa z oliwek z rozmarynem</p> <p>.Kompot wielowocowy z miodem 200g Woda, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Aronia, mrożona, Porzeczki, mrożone, Miód pszczeli</p>	<p>.Naleśiki z serem 200g (01, 03) Woda, mąka pszenna Woda, Tofu naturalne, Śmietanka migdałowa</p> <p>.Mus Truskawkowy 50g Rtuskawka, mrożone</p> <p>.Kompot wielowocowy z miodem 200g Woda, Wiśnie bez pestek, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Aronia, mrożona, Porzeczki, mrożone, Miód pszczeli</p>	<p>.Kotleciki mielone wieprz-drobiowe w pełnoziarnistej panierce z pieca 75g (01, 03) Wieprzowina, łopatka, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe, Cebula, .Bułka tarta pełnoziarnista, Bułka pszenna zwykła</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 130g Ziemniaki, późne, Koper ogrodowy</p> <p>.Mizeria z jogurtem sojowym i szczypiorkiem (60 g) 60g (06) Ogórek świeży, Jogurt sojowy naturalny, Szczypiorek</p> <p>.Buraczki na ciepło z chrzanem 50g (07, 12) Buraki, Chrzan gotowy, Oliwa z oliwek, Cukier</p> <p>.Kompot wielowocowy z miodem 200g Woda, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Aronia, mrożona, Porzeczki, mrożone, Miód pszczeli</p>	<p>.Miruna w panierce z płatków kukurydzianych 80g (01, 03, 04) .Miruna, świeża, filet bez skóry, Jaja kurze całe, Mąka pszenna, typ 500, Płatki kukurydziane</p> <p>.Puree ziemniaczane z margaryną (130 g) 131g (06) Ziemniaki, średnio</p> <p>.Marchew na parze 60g Marchew</p> <p>.Surówka z kiszzonej kapusty z natką pietruszki 60g Kapusta kiszona, Cebula, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Cukier</p> <p>.Kompot wielowocowy z miodem 200g Woda, Truskawki, mrożone, Śliwki bez pestek, mrożone, Agrest, mrożony, Aronia, mrożona, Porzeczki, mrożone, Miód pszczeli</p>

	poniedziałek 2024-05-20	wtorek 2024-05-21	środa 2024-05-22	czwartek 2024-05-23	piątek 2024-05-24
Podwieczorek	Jabłko 50g Pomidor 50g Sałata 1g	Banan 50g	Gruszka 50g Papryka czerwona 15g Ogórek kiszony 15g (10) .Pasztet drobiowy 10g (01, 03, 09)	Jabłko 100g Chałka 30g (01,03)	Pomarańcza 60g Ogórek 15g Pomidor 15g
	.Bagietka z margaryną 1 porcja 34g (01) Bagietka, Margaryna Rama Classic .Szynka wieprzowa 10g Szynka wieprzowa gotowana .Herbata malinowa 200g Woda, Herbata malinowa .Ser wegański 10g .Ser wegański ala gouda VIOLIFE	.Ryż z jogurtem kokosowym i miodem (120 g) 120g Woda, .Jogurt Kokosowy Naturalny bez cukru, Ryż biały, Miód pszczeli .Mus truskawkowy 30g Truskawki, mrożone .Herbata miętowa 200g Woda, .Herbata miętowa	Pieczywo mieszane z margaryną 1 porcja 45g (01) Chleb pszenny, Chleb żytni razowy, .Margaryna Rama Classic Herbata melisa 200g .Herbata melisa .Szynka z piersi kurczaka 15g .szynka z piersi z kurczaka	.Domowy napój owsiano-czekoladowy z miodem (100 g) 100g (01, 06) Napój Owsiany bez cukru, Miód pszczeli, Czekolada gorzka, 70-85% kakao .Twarożek z tofu na słodko 20g (06) Tofu naturalne, Jogurt naturalny sojowo, Sok z cytryny, CUKIER WANILIOWY, Wania ekstrak	.Pieczywo mieszane z margaryną 45g(01) Chleb pszenny, Chleb żytni razowy, Margaryna roślinna Polędwica 10g Polędwica drobiowa .Ser żółty 10g Ser żółty wegański .Herbata miętowa z pomarańczą 200g Herbata czarna, napar bez cukru

Legenda alergenów

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 08-Orzechy, 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny