

Obiady – wrzesień 2022 r.

Wtorek
06.09.2022 Gotowany sos mięsno-warzywny (**zawiera seler, mąka pszenna**) (120 ml), makaron spaghetti (**jajko, mąka pszenna**) (180g), sok owocowy/woda (250 ml)

Środa
07.09.2022 Zupa kapuśniak (**zawiera seler**) (250 ml), naleśniki z serem (**mleko, jaja, mąka**) (3 szt), owoc (1 porcja)

Czwartek
08.09.2022 Gulasz z szynki - duszony (**mąka pszenna**) (120g), **kasza jęczmienna** (160g), ogórek kwaszony (80g), sok owocowy/woda (250 ml)

Piątek
09.09.2022 Smażony filet rybny z miruny (**mąka pszenna, jajko**) (100g), ziemniaki (180 g), surówka z kapusty i marchwi (90g), sok owocowy/woda (250 ml)

Poniedziałek
12.09.2022 Zupa ogórkowa (**zawiera seler, śmietanę**) (250 ml), pierogi z truskawkami (**jajko, mąka**) (3-4 szt.) (około 110 g), owoc (1 porcja)

Wtorek
13.09.2022 Kurczak w sosie śmietanowym (**śmietana**) (120 g), makaron rurki (**jajo, mąka pszenna**) (180 g), surówka z marchewki i jabłka (80 g), sok owocowy/woda (250 ml)

Środa
14.09.2022 Zupa grochowa z ziemniakami (**zawiera seler**) (300 ml), bułka razowa (60g), (1 szt) owoc (1 porcja)

Czwartek
15.09.2022 Gotowane klopsiki z szynki (**bułka tarta, jajko**) (90g) w sosie pomidorowym (**masło, mąka pszenna, śmietana**) (80ml), **kasza jęczmienna** (160 g), buraczki (80 g), sok owocowy/woda (250 ml)

Piątek
16.09.2022 Smażony filet rybny z miruny (**mąka pszenna, jajko**) (100g), ziemniaki (180 g), surówka z kapusty kiszonej (90g), sok owocowy/woda (250 ml)

Poniedziałek
19.09.2022 Zupa pomidorowa z makaronem (**zawiera seler, śmietanę**) (250 ml), pierogi z mięsem (**jajko, mąka pszenna**) (3-4 szt. około 110 g), owoc (1 porcja)

Wtorek
20.09.2022 Filet drobiowy panierowany(**mąka pszenna, bułka tarta, jajko**) (100g), ziemniaki (180 g), ogórek zielony z **jogurtem** (80ml), sok owocowy/woda (250 ml)

Środa
21.09.2022 Zupa jarzynowa (**zawiera seler**) (250 ml), ryż z musem jabłkowym (**masło**), owoc (1 porcja)

Czwartek
22.09.2022 Duszona pieczeń wieprzowa (80g), sos (80 ml) (**mąka pszenna**), **kasza jęczmienna** (160g), surówka z kapusty pekińskiej i marchwi (80g), (80g), sok owocowy/woda (250 ml)

Piątek
23.09.2022 Smażony filet rybny z miruny (**mąka pszenna, jajko**) (100g), ziemniaki (180 g), surówka z kapusty i marchwi (90g), sok owocowy/woda (250 ml)

Poniedziałek
26.09.2022 Zupa kalafiorowa z mięsem (**zawiera seler, śmietanę**) (250ml), naleśniki z dodatkiem mąki razowej z powidłami (**mleko, jajko, mąka**) (3 szt), owoc (1 porcja)

Wtorek
27.09.2022 Duszona udka kurczaka (100g), sos (80 ml) (**mąka pszenna**), ziemniaki (180g), surówka z kapusty (90g), sok owocowy/woda (250 ml)

Środa
28.09.2022 Rosół (**zawiera seler**) (200 ml), kurczak gotowany (90g), sos potrawkowy (80 ml) (**masło jajko, śmietana, mąka pszenna**), ryż (160g), marchewka mini (90g), owoc (1 porcja)

Czwartek
29.09.2022 Fasolka po bretońsku (300 ml), **bułka razowa** (60g), sok owocowy/woda (1250 ml) owoc (1 porcja)

Piątek
30.09.2022 Smażony filet rybny z miruny (**mąka pszenna, jajko**) (100g), ziemniaki (180 g), surówka z kapusty kiszonej (90g), sok owocowy/woda (250 ml)

Pogrubioną czcionką zaznaczono składniki alergenne występujące w posiłkach