

II tydzień

Obiad	Podwieczorek
<p>Poniedziałek Zupa kalafiorowa 250 ml (gotowanie) wywar mięsno-warzywny (kości schabowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, cebula) marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, kalafior, śmietana, przyprawy, (sól, pieprz, pieprz ziołowy, lubczyk) Pieczywo mieszane 50 g Sos boloński z mięsem 150g mięso łopatka wp, koncentrat pomidorowy, pomidory pellati, papryka, cebula, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, mąka, przyprawy (sól, pieprz, czosnek, tymianek, oregano, papryka słodka) olej rzepakowy Makaron Spaghetti 150g Surówka ogórek świeży cząstki 100g kapusta biała, koperek, marchew, sol, cukier, pieprz, olej słonecznikowy Kompot wieloowocowy 200 ml mieszanka wieloowocowa, cukier</p>	<p>Grahamka (50g) z masłem(5g) i polędwicą (40g) sałata, pomidor, ogórek (70g) Herbata z cytrynką (200ml)</p>
<p>Wtorek Zupa ogórkowa 250ml (gotowanie) wywar mięsno-warzywny (kości schabowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, cebula, liść laurowy, ziele angielskie) marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, ogórek kiszony, śmietana, przyprawy (sól, pieprz, pieprz ziołowy, czosnek granulowany, lubczyk, koper świeży) Pieczywo pełnoziarniste 50 g Filet z kurczaka w cieście 80g filet z kurczaka, mąka, przyprawy (sól, pieprz, czosnek, kurkuma) Ryż z maselkiem 150g ryż paraboliczny, sól, masło Surówka z marchewki i jabłka 100g marchew, jabłko, śmietana, majonez, przyprawy (sól, cukier, pieprz, pieprz ziołowy) Kompot truskawkowy 200 ml truskawkowa mrożona, cukier</p>	<p>Naleśniki z jabłkami 150g i sosem owocowym kakao 200ml</p>
<p>Środa Zupa krupnik jęczmienny 250 ml (gotowanie) wywar mięsno-warzywny (kości schabowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, cebula, liść laurowy, ziele angielskie) marchew, seler, pietruszka, kasza jęczmienna, ziemniaki, przyprawy (sól, pieprz, pieprz ziołowy, lubczyk, natka pietruszki świeża) Pieczywo mieszane 50 g Gołąbki w sosie pomidorowym 130g/50g (gotowanie) kapusta biała, ryż, mięso łopatka wieprzowa, koncentrat pomidorowy, pomidory pellati, przyprawy (sól, pieprz czarny, pieprz ziołowy, majeranek, cukier, czosnek świeży) mąka pszenna Ziemniaki puree 150g (ziemniaki ,sól, masło) Kompot porzeczkowy 200 ml porzeczka mrożona, cukier</p>	<p>Pierogi z serem i śmietanką z mussem owocowym (150g) Herbata malinowa (200ml)</p>
<p>Czwartek Zupa barszcz ukraiński 250 ml (gotowanie) wywar mięsno-warzywny (kości schabowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, cebula, liść laurowy, ziele angielskie) marchew seler, pietruszka, buraki, kapusta biała, ziemniaki, fasola perłowa, śmietana, przyprawy (sól, pieprz, pieprz ziołowy, lubczyk, cukier), Pieczywo razowe 50g Ryż z jabłkami i mussem śmietanowo-waniliowym 300g (ryż, jabłka, śmietana cukier waniliowy, cukier,) Owoc 1 szt Kompot Wiśniowy 200 ml wiśnia mrożona, cukier</p>	<p>Koziolki parówkowe 70g buleczka grahamka 50g z masłem 5g herbata z cytryną 200ml</p>
<p>Piątek Neapolitańska 250 ml (gotowanie) Wywar mięsno-warzywny (kości schabowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, cebula liść laurowy, ziele angielskie) marchew, seler, pietruszka, makaron muszelki z pszenicy durum, serek topiony, pieczarki, kalafior, fasolka szparagowa, przyprawy (sól, pieprz, pieprz ziołowy, oregano, lubczyk, natka pietruszki świeża) Pieczywo mieszane 50 g Babka ziemniaczana w sosie pieczarkowym 250g/50g (własnej produkcji, pieczenie) ziemniaki, mąka pszenna, , olej rzepakowy, mleko 3,2%, cebula, pieczarki, śmietana, przyprawy (sól, pieprz, majeranek) Salatka coleslaw 100g kapusta biała, marchew, majonez, musztarda, cukier, sól, pieprz ziołowy, pietruszka natka Kompot truskawkowy 200ml(truskawka mrożona , cukier, woda)</p>	<p>Bulka (50g) z masłem(5g) i serem żółtym(40g) sałata, ogórek, (70g) Kawa inka na mleku (200ml)</p>