

08.01.2024 **Poniedziałek**

I Śniadanie

Kanapka z pastą z tuńczyka i jajka

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, **jaja** kurze całe, **tuńczyk** w sosie własnym, masło ekstra (**mleko**), majonez (**jajka**, **gorczyca**), szczypiorek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), cytryna

Kanapka z masłem i ogórkiem

Składniki: chleb **żytni** jasny, ogórek, masło ekstra (**mleko**)

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Granola z żurawiną na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, płatki **owsiane**, jabłko, miód pszczeli, **orzechy** włoskie, **sezam**, nasiona, rodzyunki, suszone, Żurawina suszona, olej rzepakowy, **migdały**, słonecznik, nasiona, cynamon, sól biała

Marchewka słupki

Składniki: marchew

Obiad

Zupa cebulowa z grzankami

Składniki: woda, cebula, ziemniaki, marchew, bułka paryska (angielka) (**pszenica**), pietruszka, korzeń, udo z kurczaka, **seler** korzeniowy, por, koperek

Kotlet jajeczny pieczony, sos chrzanowy, ziemniaki

Składniki: ziemniaki, **jaja** kurze całe, Śmietana 12% (**mleko**), bułki **pszenne** zwykłe, natka pietruszki, mąka **pszenna**, typ 450, olej rzepakowy, chrzan, sól biała, pieprz

Salatka z pomidorów i szczypiorku

Składniki: pomidor, cebula, szczypiorek, olej rzepakowy

Woda z cytryną i miętą

Składniki: woda, cytryna, mięta

09.01.2024 **Wtorek**

I Śniadanie

Parówka z kurczaka 100% na ciepło

Składniki: parówka z kurczaka 100%

Bułka z masłem i pomidorem

Składniki: bułka paryska (angielka) (**pszenica**), pomidor, masło ekstra (**mleko**)

Herbata miętowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata miętowa

II Śniadanie

Budyń waniliowy

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, Żółtko **jaja** kurzego, skrobia ziemniaczana, cukier, cukier z prawdziwą wanilią, masło ekstra (**mleko**)

Jabłko

Obiad

Zupa brokułowa na wywarze warzywnym

Składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, Śmietana 18% (**mleko**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony

Gulasz wołowy z kaszą gryczaną, ogórek kiszony

Składniki: ogórek kiszony, papryka czerwona, wołowina połówkowa, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), kasza gryczana, olej rzepakowy, mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, natka pietruszki

Sok wieloowocowy

Składniki: sok wieloowocowy z owoców krajowych 100%

10.01.2024 **Środa**

I Śniadanie

Bułka z mozzarellą i pomidorem

Składniki: bułka paryska (angielka) (**pszenica**), ser mozzarella (**mleko**), pomidor, masło ekstra (**mleko**)

Bułka z szynką wieprzową z sałatą i papryką

Składniki: bułki kajzerki (**pszenica**), papryka czerwona, szynka wieprzowa, gotowana, masło ekstra (**mleko**), sałata

Kawa zbożowa na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

II Śniadanie

Kisiel z owoców leśnych własnego wyrobu

Składniki: woda, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, czarne jagody, mrożone, cukier, skrobia ziemniaczana

Pomarańcza

Obiad

Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym

Składniki: woda, burak, ziemniaki, marchew, kapusta biała, Śmietana 18% (**mleko**), fasola biała, nasiona suche, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Naleśniki z twarogiem i sosem jogurtowo- truskawkowym

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, ser twarogowy półtłusty (**mleko**), mąka **pszenna**, typ 450, truskawki, mrożone, **jaja** kurze całe, cukier, olej rzepakowy, miód pszczeli

Lemoniada**11.01.2024** **Czwartek**

I Śniadanie

Kanapka z pastą drobiowo-warzywną

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, udo z kurczaka, pietruszka, korzeń, marchew, olej rzepakowy, masło ekstra (**mleko**), natka pietruszki

Kanapka z masłem papryką i ogórkiem

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, papryka czerwona, ogórek, masło ekstra (**mleko**)

Kakao

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

II Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, ryż biały

Bułka pszenna z masłem i miodem

Składniki: bułki kajzerki (**pszenica**), miód pszczeli, masło ekstra (**mleko**)

Ogórek słupki

Składniki: ogórek

Obiad

Rosół drobiowy z makaronem

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, makaron **pszenny** bezjajeczny, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, mięso z ud kurczaka, bez skóry, wołowina szponder, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Gołąbki w sosie pomidorowym, ziemniaki z koperkiem, ogórek kiszony

Składniki: ziemniaki, kapusta włoska, wieprzowina szynka surowa, ogórek kiszony, koncentrat pomidorowy, 30%, bułka tarta (**pszenica**), **jaja** kurze całe, masło ekstra (**mleko**), mąka **pszenna**, typ 450, koperek

Sok brzoskwiniowo-pomarańczowy 100%**12.01.2024** **Piątek**

I Śniadanie

Kluski lane na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 500

Kanapka z serem i papryką

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, papryka czerwona, ser gouda tłusty (**mleko**), masło ekstra (**mleko**)

II Śniadanie

Chałka z serkiem homogenizowanym waniliowym

Składniki: chałki **pszenne**, serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy (**mleko**)

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Gruszka

Obiad

Krem z białych warzyw na wywarze warzywnym z pestkami słonecznika

Składniki: woda, ziemniaki, kalafior, **seler** korzeniowy, marchew, Śmietana 18% (**mleko**), słonecznik, nasiona, pietruszka, korzeń, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, gałka muszkatowa, tymianek

Kotlet mielony z miruny panierowany

Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, szczypiorek, bułka tarta (**pszenica**), mąka **pszenna**, typ 450

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Buraczki duszone

Składniki: burak, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, cytryna, sól biała, pieprz

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier