

## 12.09.2022 Poniedziałek

Obiad 689 kcal

### Zupa buraczkowa na żeberkach

Marchew, pietruszka korzeń, Seler korzeniowy, woda, ziemniaki, burak, śmietana 18% (mleko), wieprzowina żeberka

### Makaron z sosem jogurtowym truskawkowym

Makaron pełnoziarnisty (pszenica), ser twarogowy półtłusty (mleko), cukier, truskawki mrożone, serek twarogowy homogenizowany waniliowy (mleko)\*, śmietana 36% (mleko)\*\*

\*Serek twarogowy homogenizowany waniliowy: mleko, śmietanka, cukier, naturalny aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych

\*\*śmietana 36%: śmietanka, białka mleka, stabilizator - karagen

## 13.09.2022 Wtorek



Obiad 642 kcal

### Potrawka z kurczaka w warzywach

Mięso z piersi kurczaka bez skóry, marchew, seler korzeniowy, pietruszka korzeń, warzywa mrożone -bukiet z jarzyn wiosennych, śmietana 18% (mleko), olej rzepakowy tłoczony na zimno

Ryż biały, gotowany 150 g

Ogórek kiszony 60 g

Kompot śliwkowy 40 g Śliwki, 5 g Cukier

Banan 140 g

## 14.09.2022 Środa

Obiad 660 kcal

### Gołąbki bez zawijania

Wieprzowina łopatka, ryż biały, oliwa z oliwek, passata pomidorowa, pomidory w puszcze, śmietana 18% (mleko), kapusta biała, passata pomidorowa: przecier pomidorowy, sól

**Ziemniaki**

**Kalafior, gotowany w wodzie**

**Kompot śliwkowy** Woda, śliwki, cukier

**Winogrona**

**15.09.2022 Czwartek**

**Obiad 670 kcal**

**Pulpety gotowane w sosie śmietanowo- koperkowym**

Wieprzowina łopatka, mięso z piersi kurczaka bez skóry, jaja kurze całe, cebula, śmietana 18% (mleko)\*, koperek świeży, marchew, skrobia ziemniaczana, mąka pszenna typ 450, serek mascarpone\*\*,

\*Śmietana 18%: śmietanka, stabilizator E339, E407

\*\*Serek mascarpone: śmietanka pasteryzowana, mleko pasteryzowane, kwas mlekowy

**Kasza jęczmienna pęczak**

**Marchew gotowana z masłem śmietankowym (mleko)**

**Kompot owocowy** Mieszanka owocowa, cukier, woda

**Gruszka**

**16.09.2022 Piątek**

**Obiad 706 kcal**

**Filet z pstrąga pieczony**

Pstrąg świeży, jaja kurze całe, mąka kukurydziana, olej rzepakowy

**Ziemniaki puree** ziemniaki, masło śmietankowe (mleko), śmietanka 30% (mleko)

**Brokuły gotowane** (masło śmietankowe (mleko), bułka tarta: mąka pszenna, sól, drożdże)

**Jabłko**