



## ZESTAW IV



| Dzień tygodnia | Śniadanie                                                                                                                                                                                                              | II śniadanie                                                                              | Obiad                                                                                                                                                                                     |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Poniedziałek   | <b>Kanapka:</b> pieczywo wieloziarniste z masłem, kiełbasa żywiecka, rzodkiewka, kiełki (325 kcal)<br><b>Napój:</b> herbata z cytryną<br><i>Alergeny: gluten, mleko</i>                                                | Serek homogenizowany z granolą i wafle ryżowe + woda (230 kcal)<br><i>Alergeny: mleko</i> | <b>Zupa:</b> krem szparagowy z groszkiem ptysiowym (186 kcal)<br><b>II danie:</b> pierogi leniwe z sosem waniliowym oraz woda (320 kcal)<br><i>Alergeny: gluten, seler, jaja, mleko</i>   |
| Wtorek         | <b>Owsianka</b> z jabłkiem i cynamonem (310 kcal)<br><b>Kanapka:</b> pieczywo orkiszowe z masłem, pasta warzywna z suszonymi pomidorami (162 kcal)<br><b>Napój:</b> herbata malinowa<br><i>Alergeny: gluten, mleko</i> | Mix owoców sezonowych oraz woda z miętą (240 kcal)                                        | <b>Zupa:</b> ziemniaczana (193 kcal)<br><b>II danie:</b> gulasz wieprzowy z kaszą perlową i buraczkami oraz woda (387 kcal)<br><i>Alergeny: seler, gluten</i>                             |
| Środa          | <b>Kanapka:</b> bułka wieloziarnista z masłem, pasta z czerwonej fasoli i twarogu półtłustego, pomidor (350 kcal)<br><b>Napój:</b> herbata brzoskwiniowa<br><i>Alergeny: gluten, mleko</i>                             | Jogurt grecki z musem brzoskwiniowym oraz woda (200 kcal)<br><i>Alergeny: mleko</i>       | <b>Zupa:</b> krem kalafiorowy, ryba na parze (150 kcal)<br><b>II danie:</b> makaron w sosie pomidorowym z warzywami oraz woda (375 kcal)<br><i>Alergeny: jajko, gluten, seler, ryba</i>   |
| Czwartek       | <b>Kanapka:</b> pieczywo wieloziarniste z masłem, pasta z tuńczyka z koperkiem, serek kanapkowy, sałata (370 kcal)<br><b>Napój:</b> herbata miętowa<br><i>Alergeny: mleko, gluten</i>                                  | Jabłko i ciastka owsiane oraz woda (200 kcal)<br><i>Alergeny: gluten</i>                  | <b>Zupa:</b> krem pomidorowo-pietruszkowy (190 kcal)<br><b>II danie:</b> udko pieczone z ziemniakami i surówką z białej kapust i marchewki oraz woda (352 kcal)<br><i>Alergeny: seler</i> |
| Piątek         | <b>Kanapka:</b> pieczywo razowe z masłem, pasta z bakłażana, ser żółty, kolorowa papryka (360 kcal)<br><b>Napój:</b> herbata/kawa z mlekiem<br><i>Alergeny: gluten, mleko</i>                                          | Ciasto dyniowe + mleko (190 kcal)<br><i>Alergeny: gluten, mleko</i>                       | <b>Zupa:</b> krem z czerwonej soczewicy (144 kcal)<br><b>II danie:</b> naleśniki z dżemem oraz woda (363 kcal)<br><i>Alergeny: gluten, jaja, mleko</i>                                    |



WODA PITNA DOSTĘPNA PRZEZ CAŁY DZIEŃ BEZ LIMITU



Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie ze względu na dostępność produktów

Dokładne składy produktów dostępne są u dyrektora placówki