



Zupa + II danie + owoc

Zupa + II danie + owoc

13.04.2026 Poniedziałek	Zupa gulaszowa z mięsem 300ml, 272kcal Kotlet mielony wieprzowy, duszony w sosie pieczarkowym 100g Kasza pęczak, gotowana 200g Surówka z czerwonej kapusty i marchwi 100g 494kcal Gruszka 1szt 70kcal Alergeny:1,3,7,9; białko [g]:36,18 tłuszcze [g]:30,99 węglowodany [g]:110,83	18.04.2026 Poniedziałek	Zupa ogorkowa z ziemniakami 300ml, 118kcal Zraz moskiewski z serem 100g Kasza pęczak, gotowana 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 100g 459kcal Woda 200ml Pomarańcza 1szt, 136kcal Alergeny:1,7,9; białko [g]:32,29 tłuszcze [g]:21,32 węglowodany [g]:105,26
14.04.2026 Wtorek	Zupa kalafiorowa z makaronem pszennym 300ml, 240kcal Filet drobiowy panierowany 100g Ziemniaki z wody 200g Surówka colesław 100g 459kcal Woda 200ml Banan 1szt. 116kcal Alergeny:1,3,7,9; białko [g]:36,88 tłuszcze [g]:24,54 węglowodany [g]:121,68	19.04.2026 Wtorek	Zupa kapuśniak z białej kapusty 300ml, 202kcal Bitki ze schabu wieprzowego w sosie pieczeniowym 100g Ziemniaki, gotowane 200g Buraczki, tarte 100g 481kcal Gruszka 1szt 70kcal Alergeny:1,7,9; białko [g]:42,64 tłuszcze [g]:26,22 węglowodany [g]:93,41
15.04.2026 Środa	Zupa żurek z białą kiełbasą 300ml, 348kcal Makaron w sosie bolońskim z tartym serem 300g 466kcal Woda 200ml Pomarańcza 1szt, 136kcal Alergeny:1,3,7,9; białko [g]:41,41 tłuszcze [g]:42,05 węglowodany [g]:106,58	20.04.2026 Środa	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml, 152kcal Naleśniki z serem twarogowym i sosem jogurtowo-owocowym 300g 462kcal Woda 200ml Mandarynka 1szt, 31kcal Alergeny:1,7,9; białko [g]:45,38 tłuszcze [g]:16,16 węglowodany [g]:86,86
16.04.2026 Czwartek	Zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolką szparagową 300ml, 269kcal Gołąbki w sosie pomidorowym 100g Ziemniaki z wody 200g Surówka z białej kapusty 100g 436kcal Woda 200ml Mandarynka 1szt, 31kcal Alergeny:1,7,9; białko [g]:37,09 tłuszcze [g]:23,08 węglowodany [g]:116,44	21.04.2026 Czwartek	Zupa barszcz ukraiński z warzywami 300ml, 253kcal Pilaw drobiowy z rodzynkami 100g Ryż biały, gotowany 200g Surówka z białej kapusty i marchwi 100g 475kcal Jabłko 1 szt. 85kcal Alergeny:1,7,9; białko [g]:41,22 tłuszcze [g]:17,41 węglowodany [g]:127,37
17.04.2026 Piątek	Zupa pomidorowa z ryżem białym 300ml, 270kcal Paluszki rybne panierowane smażone 100g Ziemniaki z wody 200g Surówka z kiszzonej kapusty 100g 340kcal Woda 200ml Jabłko 1szt. 85kcal Alergeny:1,3,4,9; białko [g]:35,60 tłuszcze [g]:19,68 węglowodany [g]:170,52	22.04.2026 Piątek	Zupa rosół z makaronem 300ml, 289kcal Gulasz warzywny z ananasem 100g Ziemniaki, gotowane 200g Surówka z marchewki 100g 333kcal Woda 200ml Banan 1szt. 116kcal Alergeny:1,3,7,9; białko [g]:24,28 tłuszcze [g]:11,82 węglowodany [g]:142,91

Wykaz alergenów występujących w potrawach: 1 - zboża zawierające gluten; 2 - skorupiaki i produkty pochodne; 3 - jaja i produkty pochodne; 4 - ryby i produkty pochodne; 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne; 6 - soja i produkty pochodne; 7 - mleko i produkty pochodne; 8 - orzechy; 9 - seler i produkty pochodne; 10 - gorczyca i produkty pochodne; 11- sezam i produkty pochodne; 12 - dwutlenek siarki i siarczyny; 13 - tubin i produkty pochodne; 14 - mięczaki i produkty pochodne