



Zupa + II danie + owoc

Zupa + II danie + owoc

11.05.2026 Poniedziałek	Zupa gulaszowa z mięsem 300ml, 272kcal Klopsiki wieprzowe, gotowane w sosie koperkowym 100g Ryż biały, gotowany 200g Bukiet warzyw gotowanych 100g 335kcal Woda 200ml Gruszka 1szt 70kcal Alergeny:1,3,7,9; białko [g]:36,98 tłuszcze [g]:32,83 węglowodany [g]:126,71	18.05.2026 Poniedziałek	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml, 118kcal Gulasz wieprzowy 100g Kasza pęczak, gotowana 200g Marchewka z groszkiem, gotowana 100g 499kcal Woda 200ml Pomarańcza 1szt, 136kcal Alergeny:1,7,9; białko [g]:32,00 tłuszcze [g]:23,00 węglowodany [g]:100,00
12.05.2026 Wtorek	Zupa kalafiorowa z makaronem pszennym 300ml, 240kcal Nuggetsy w płatkach kukurydzianych 100g Ziemniaki, puree 200g Surówka colesław 100g 532kcal Woda 200ml Banan 1szt. 116kcal Alergeny:1,3,7,9; białko [g]:37,39 tłuszcze [g]:31,45 węglowodany [g]:124,21	19.05.2026 Wtorek	Zupa kapuśniak z białej kapusty 300ml, 202kcal Zraz moskiewski z serem 100g Ziemniaki z wody 200g Surówka z marchwi 100g 430kcal Woda 200ml Gruszka 1szt 70kcal Alergeny:1,7,9; białko [g]:42,00 tłuszcze [g]:38,00 węglowodany [g]:96,00
13.05.2026 Środa	Zupa klopsikowa 300ml, 198kcal Pierogi leniwe z cynamonem i sosem jogurtowym 300g 511kcal Woda 200ml Pomarańcza 1szt, 136kcal Alergeny:1,3,7,9; białko [g]:30,10 tłuszcze [g]:25,00 węglowodany [g]:140,22	20.05.2026 Środa	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml, 152kcal Makaron boloński z tartym serem 300g 466kcal Woda 200ml Mandarynka 1szt, 31kcal Alergeny:1,7,9; białko [g]:52,00 tłuszcze [g]:25,74 węglowodany [g]:92,00
14.05.2026 Czwartek	Zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolką szparagową 300ml, 269kcal Pieczeń rzymska w sosie 100g Kasza pęczak, gotowana 200g Surówka z marchewki 100g 450kcal Woda 200ml Mandarynka 1szt, 31kcal Alergeny:1,7,9; białko [g]:48,00 tłuszcze [g]:26,00 węglowodany [g]:120,00	21.05.2026 Czwartek	Zupa barszcz ukraiński z warzywami 300ml, 256kcal Kotlet devolay z masłem 100g Ziemniaki puree 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 100g 500kcal Woda 200ml Jabłko 1 szt. 85kcal Alergeny:1,7,9; białko [g]:33,78 tłuszcze [g]:41,43 węglowodany [g]:85,00
15.05.2026 Piątek	Zupa barszcz biały z makaronem pszennym 300ml, 230kcal Klopsiki rybne w sosie pietruszkowym 100g Ziemniaki z wody 200g Surówka z kiszzonej kapusty 100g 380kcal Woda 200ml Jabłko 1szt. 85kcal Alergeny:1,3,4,7,9; białko [g]:32,00 tłuszcze [g]:22,44 węglowodany [g]:160,20	22.05.2026 Piątek	Zupa z czerwonej soczewicy 300ml, 289kcal Paluszki rybne panierowane 100g Ziemniaki, z wody 200g Surówka z białej kapusty 100g 420kcal Woda 200ml Banan 1szt. 116kcal Alergeny:1,3,4,7,9; białko [g]:26,90 tłuszcze [g]:26,00 węglowodany [g]:120,00

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 - łubin i produkty pochodne; 14 - mięczaki i produkty pochodne