

Menu 7-9.01.2026

Środa

Pierogi leniwe z serem 120g Masło do polania pierogów 5g Owoc sezonowy 80g
sos jogurtowo-jagodowy 50g

Składniki: Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (mleko), Jaja kurze całe (jaja), Mąka pszenna, typ 500 (gluten), Masło ekstra (mleko) Masło ekstra (mleko) Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), Jagody leśne (czarne jagody), mrożone Owoc sezonowy

Owoc sezonowy

Podwieczorek

Salatka makaronowa z kukurydzą, awokado, tofu z dressingiem 60g Bagietka z masłem
czosnkowym 35g

Składniki: Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), Makaron pszenny orzo (gluten), Tofu naturalne (soja), Papryka czerwona, Kukurydza konserwowa, Awokado, Jaja kurze całe (jaja), Cebula czerwona, Sok z cytryny, Czosnek, Bagietka pszenna (gluten), Masło ekstra (mleko),

Czosnek

Czwartek

Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami na wywarze warzywnym 250g

Składniki: Woda, Ziemniaki, średnio, Fasola szparagowa, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Seler korzeniowy (seler), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy, Koper suszony

Podwieczorek

Budyń czekoladowy bez cukru 150g Mus brzoskwiniowo-truskawkowy 50g Herbatniki 5g

Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Budyń w proszku np. WINIARY b/glutenowy Truskawki, mrożone, Brzoskwinia w syropie Herbatniki (gluten, mleko, jaja)

Piątek

Burger rybny pieczony 80g Ziemniaki pieczone z oliwą 131g Surówka z białej kapusty i
ogórka z olejem z 3 ziaren 70g

Składniki: Dorsz, świeży, filety bez skóry (ryby), Bułka pszenna zwykła (gluten), Marchew, Bułka tarta (gluten), Jaja kurze całe (jaja), Cebula, Pietruszka, liście (natka pietruszki),

Musztarda (gorczyca), Sok z cytryny Ziemniaki, średnio, Oliwa z oliwek

Kapusta biała, Marchew, Ogórek świeży (długi), Olej 3 ziarna (rzepakowy, Iniany, z pestek dyni) Cebula, Sok z cytryny, Czosnek

Podwieczorek

Paluch drożdżowy z makiem 35g Talerzyk owocowy 100g

Składniki: Mąka pszenna, typ 500 (gluten), Woda, Drożdże piekarskie, prasowane, Oliwa z oliwek, Mak niebieski, ziarna, Cukier Gruszka, Mandarynki