

8.06.2026-12.06.2026

**Poniedziałek**

**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, Olej rzepakowy, Koper suszony

**Podwieczorek**

**Serek wiejski z miodem i mielonymi nasionami słonecznika 56g Jabłko Bułka orkiszowa z ziarnami z masłem 23g**

Składniki: Serek twarogowy, ziarnisty (**mleko**), Słonecznik, nasiona, łuskane, Miód pszczeli

Bułka orkiszowa (**gluten**), Masło ekstra (**mleko**)

**Wtorek**

**Stripsy z kurczaka w panierce z cieciorki 61g Ziemniaki gotowane podawane z koperkiem 150g Surówka z marchewki i jabłka z brokułem 80g**

Składniki: Mięso z piersi kurczaka, bez skóry ,Jaja kurze całe (**jaja**), Olej rzepakowy, panierka z cieciorki – mamut Ziemniaki, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy Brokuły, Jabłko, Marchew, Śmietana, 18% tłuszczu (**mleko**), Olej rzepakowy tłoczony na zimno

**Podwieczorek**

**Włoska panna cotta z jogurtu 120g Wafle ryżowe 9g**

Składniki: Jogurt naturalny gęsty np. Bakoma, 2,8% tłuszczu (**mleko**), Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (**mleko**), Miód pszczeli, Żelatyna, Wanilia ekstrakt Mus porzeczkowy 50g Porzeczki czarne, mrożone

**Środa**

**Naleśniki budyniowe bez cukru 120g Serek homogenizowany naturalny z jabłkiem 100g Mix słupeków warzyw 40g**

Składniki: Mąka pszenna, typ 500 (**gluten**), Woda, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (**mleko**), Jaja kurze całe (**jaja**), Budyń w proszku np. WINIARY b/glutenowy, Olej rzepakowy Serek homogenizowany naturalny bez cukru, Piątnica (**mleko**), Jabłko kalarepa, papryka, ogórek Kalarepa, Papryka czerwona, Ogórek świeży

**Podwieczorek**

**Bułka grahamka z masłem 45g Pomidor 45g Sałata lodowa 5g**

Składniki: Bułka grahamka (**gluten**), Masło ekstra (**mleko**) Pasta drobiowa z dynią 25g (**09**) Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Dynia pizmowa, Marchew, Seler korzeniowy (**seler**), Cebula, Olej rzepakowy

**Czwartek**

**Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze warzywnym 251g**

Składniki: Woda, Buraki, Ziemniaki, średnio, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Seler Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Seler korzeniowy (**seler**), Olej rzepakowy, Cebula, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Czosnek, Sok z cytryny

**Podwieczorek**

**Tosty na ciepło z serem i szynką 60g Pomidorki koktajlowe ćwiartki 50g**

Składniki: Chleb żytni tostowy (**gluten**), Ananas, plastry w syropie, Ser żółty Gouda tłusty (**mleko**), szynka kanapkowa, Masło ekstra (**mleko**) Pomidory koktajlowe

**Piątek**

**Dorsz w tradycyjnej panierce z dodatkiem mąki orkiszowej 120g Ziemniaki gotowane podawane z koperkiem 130g Warzywa po grecku**

Składniki: Dorsz, świeży, filety bez skóry (**ryby**), Jaja kurze całe (**jaja**), Olej rzepakowy, Woda, Bułka tarta (**gluten**), Mąka pszenna, typ 500 (**gluten**), Sok z cytryny, Mąka orkiszowa jasna (**gluten**) Ziemniaki, średnio, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy Marchew, Seler korzeniowy (**seler**), Pietruszka, korzeń, Cebula, Olej rzepakowy, Przecier pomidorowy, Cukier

**Podwieczorek**

**Owoce krojone sezonowe 130g**

Składniki: banan, kiwi, pomarańcz, mandarynka, maliny