



<b>Poniedziałek</b>		<b>16.10.2023r.</b>	GRAMATURA	ALERGENY
1.	Zupa szczawiowa z ziemniakami (szczaw, wywar warzywny, pietruszka, seler, marchew, pieprz, sól, śmietana 18%)		400 g	9,10,1,3,7
2.	Kopytka z zasmażaną kiszoną kapustą		280 g	1,3,7
3.	Herbata z cytryną + banan		200 ml	
<b>Wtorek</b>		<b>17.10.2023r.</b>	GRAMATURA	ALERGENY
1.	Zupa grochowa (groch łuskany, pietruszka, seler, marchew, pieprz, sól, pietruszka suszona, majeranek, kiełbasa)		400 g	9,10
2.	Kotleciki jajeczne		100 g	1,9,10,6
3.	Ziemniaki		300 g	
4.	Surówka z czerwonej kapusty		120 g	
5.	Kompot owocowy		200 ml	
<b>Środa</b>		<b>18.10.2023r.</b>	GRAMATURA	ALERGENY
1.	Zupa ogórkowa ( wywar warzywny, por, seler, pietruszka, marchew, ziemniaki, ogórek kiszony , śmietana 18%, przyprawy)		400 g	7,9,10,
2.	Pierś z kurczaka w sosie śmietanowym curry		100g	9,10,1,3
3.	Ryż		300 g	
4.	Surówka z buraczków		120g	
5.	Woda mineralna + śliwka		200 ml	
<b>Czwartek</b>		<b>19.10.2023r.</b>	Jabłko	1 szt
1.	Zupa pomidorowa z makaronem (makaron, wywar warzywny, por, seler, pietruszka, marchew, przecier pomidorowy, przyprawy;)		400 g	1,9,10,7,3
2.	Udka z kurczaka pieczone w piecu konwekcyjnym		100 g	9,10,1,3
3.	Ziemniaki		300 g	
4.	Surówka z białej kapusty z marchewką		120 g	
5.	Kompot owocowy		200 ml	
<b>Piątek</b>		<b>20.10.2023r.</b>	GRAMATURA	ALERGENY
1.	Zupa krupnik ( porcja rosółowa, kasza jęczmienna, ziemniaki, pietruszka, seler, marchew, pieprz, sól, pietruszka suszona)		400 g	9,10
2.	Makaron kokardki z serem i cynamonem		280 g	
3.	Kompot owocowy + jabłko		200 ml	

Opracowała: Małgorzata Kaprzyk