

# JADŁOSPIS PRZEDSZKOLNY OD 23.09 - 04.10.2024

Ile dni:	10
Termin rozpoczęcia:	2024-01-15
Posiłki:	1. I śniadanie 2. II śniadanie 3. obiad 4. podwieczorek
Przypisana grupa żywieniowa:	Nazwa grupy: <b>PRZEDSZKOLE (grupa)</b> [właściciel: info@elfik.pl]
Norma na energię dla podanej grupy:	1249.5 Kcal
Wybrane posiłki mają zapewnić % dziennego zapotrzebowania według powyższej normy na energię:	75%
Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z:	węglowodanów: 55%, białka: 15%, tłuszczów: 30%

Dzień: 1 - Poniedziałek, 2024-09-23			
I śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru 2016 250.00g</b> składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kakao naturalne o obniżonej zaw. tłuszczu DECO MORRENO 2%</li> <li>2. <b>Chleb żytni jasny 60.88g</b></li> <li>3. <b>Masło śmietankowe 6.10g</b></li> <li>4. <b>Polędwica sopocka. 24.73g</b></li> <li>5. <b>Papryka czerwona 18.29g</b></li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Jabłko 73.17g</b></li> <li>2. <b>Orzechy włoskie 5.00g</b></li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Zupa selerowa z kaszą jaglaną 260.00g</b> składniki: Batat 51%, Marchew 36%, Pietruszka korzeń 4%, Seler naciowy 4%, Por 4%, Kasza jaglana 2%, Pieprz czarny MIELONY 0%</li> <li>2. <b>Racuchy drożdżowe z jabłkiem na mące żytniej 2016 109.76g</b> składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 36%,jabłko 30% Mąka żytnia S 24%, Jaja kurze całe 18%, Olej rzepakowy uniwersalny 9%, drożdże świeże 3% Naturalna woda mineralna średnio zmineralizowana Nałęczowianka niskosodowa gazowana (Nestle Waters ) 5%, Masło ekstra 2%, Sól biała 1%</li> <li>3. <b>Kompot z owoców mieszanych 2016 250.00g</b> składniki: Woda wodociągowa 89%, MIESZANKA KOMPOTOWA HORTEX TRADYCYJNA 11%</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Chleb żytni jasny 42.68g</b></li> <li>2. <b>Masło śmietankowe 3.66g</b></li> <li>3. <b>Pasta z tuńczyka z koperkiem 24.39g</b> składniki: Ser twarogowy tłusty 61%, Śmietana 18% tłuszczu 15%, Tuńczyk w kawałkach w oleju słonecznikowym Princes 15%, Koper ogrodowy 6%, 100% sok z cytryny S 1%, Pieprz czarny MIELONY 1%</li> <li>4. <b>Ogórek zielony 18.29g</b></li> <li>5. <b>Herbata owocowa 2016 250.00g</b> składniki: Woda wodociągowa 99%, Herbata owocowa 1%, Cukier 0%</li> </ol>

<b>Dzień: 2 - Wtorek, 2024-09-24</b>			
<b>I śniadanie</b>	<b>II śniadanie</b>	<b>obiad</b>	<b>podwieczorek</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 250.00g</b> składniki: <b>Mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2%</b></li> <li><b>Chleb żytni jasny 43.75g</b></li> <li><b>Masło śmietankowe 3.75g</b></li> <li><b>frakfuterka 37.50g</b> [składniki: mięso z fileta indyka 90%, tłuszcz z indyka, woda, sól, aromaty naturalne, serwatka (zawiera <b>mleko</b>), glukoza, białka <b>mleka</b> ]</li> <li>Pomidor 18.75g</li> <li>Szczypiorek 2.00g</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Gruszka 95.00g</li> <li><b>Orzechy włoskie 5.00g</b></li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Zupa kalafiorowa z pęczakiem 250.00g</b> składniki: Kalafior 42%, Marchew 16%, Pietruszka korzeń 13%, <b>Seler korzeniowy 8%, Kasza jęczmienna pęczak 7%</b>, Por 5%, <b>Masło ekstra 3%, Śmietana 18% tłuszczu 3%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 3%</b>, Koper ogrodowy 2%</li> <li>Duszona porcja z indyka 70.00g składniki: Mięso z piersi indyka bez skóry 88%, Oliwa z oliwek 10%, Papryka czerwona mielona SŁODKA 1%, Pieprz czarny MIELONY 1%, Czosnek 1%</li> <li>Ziemniaki z koperkiem 106.25g składniki: Ziemniaki średnio 97%, Koper ogrodowy 3%</li> <li><b>Buraki z jabłkami 2016 62.50g</b> składniki: Burak 86%, Jabłko 9%, Olej rzepakowy uniwersalny 3%, Cukier 1%, <b>Mąka pszenna typ 500 1%</b></li> <li>Kompot z owoców mieszanych 2016 250.00g składniki: Woda wodociągowa 89%, MIESZANKA KOMPOTOWA HORTEX TRADYCYJNA 11%</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 2016 162.50g</b> składniki: <b>Jogurt naturalny 2% tłuszczu 59%</b>, Galaretka domowa o smaku truskawkowym 2016 41%</li> <li><b>Biszkopty okrągłe 22.50g</b></li> </ol>
<b>Dzień: 3 - Środa, 2024-09-25</b>			
<b>I śniadanie</b>	<b>II śniadanie</b>	<b>obiad</b>	<b>podwieczorek</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru 2016 250.00g</b> składniki: <b>Mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%</b>, Kakao naturalne o obniżonej zaw. tłuszczu DECO MORRENO 2%</li> <li><b>Chleb żytni jasny 59.88g</b></li> <li><b>Masło śmietankowe 3.66g</b></li> <li><b>Schab gotowany 21.95g</b></li> <li>Rozzpionka warzywna 2.44g</li> <li>Rzodkiewka 18.29g</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Banan 67.07g</li> <li><b>Orzechy włoskie 4.00g</b></li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Rosół z makaronem. 207.32g</b> składniki: Kurczak tuszka 25%, Marchew 20%, Pietruszka korzeń 20%, <b>Seler korzeniowy 20%, Makaron bez jajeczny 9%</b>, Cebula 2%, Pietruszka liście 2%, Por 1%, Pieprz czarny MIELONY 0%</li> <li><b>Nugetsy z piersi kurczaka 2016 60.98g</b> składniki: Mięso z piersi kurczaka bez skóry 68%, Olej rzepakowy uniwersalny 12%, <b>Bulka tarta 9%, Jaja kurcze całe 6%, Mąka pszenna typ 500 5%</b></li> <li><b>Ziemniaki puree z koperkiem 103.66g</b> składniki: Ziemniaki średnio 91%, <b>Mleko spożywcze 2% tłuszczu 5%</b>, Koper ogrodowy 3%, <b>Masło ekstra 1%</b></li> <li>Tarta marchewka z pomarańczą 2016 60.98g składniki: Marchew 50%, Pomarańcza 50%</li> <li>Kompot z owoców mieszanych 2016 250.00g składniki: Woda wodociągowa 89%, MIESZANKA KOMPOTOWA HORTEX TRADYCYJNA 11%</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Serek homogenizowany owocowy 158.54g</b></li> </ol>

**Dzień: 4 - Czwartek, 2024-09-26**

<b>I śniadanie</b>	<b>II śniadanie</b>	<b>obiad</b>	<b>podwieczorek</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Owsianka z ziarnem, marchewką, rodzynkami i miodem 2016 156.63g</b> składniki: <b>Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 82%, Płatki owsiane 11%</b>, Rodzynki suszone 3%, Marchew 3%, Miód pszczeli 2%</li> <li><b>Chleb żytni jasny 36.14g</b></li> <li><b>Masło śmietankowe 3.61g</b></li> <li><b>Jajecznica na parze 36.14g</b> składniki: <b>Jaja kurze całe 100%</b></li> <li>Ogórek 18.07g</li> <li>Herbata miętowa z cytryną 2016 250.00g składniki: Woda wodociągowa 97%, Cytryna 1%, Cukier 1%, Herbata miętowa 1%</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Brzoskwinia 72.29g</li> <li><b>Orzechy włoskie 3.00g</b></li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Zupa porowa z zacierką 192.77g</b> składniki: Por 28%, <b>Seler korzeniowy 28%</b>, Pietruszka korzeń 19%, Marchew 9%, <b>Zacierka jajeczna 5%</b>, Por 5%, <b>Śmietana 18% tłuszczu 3%</b>, <b>Mleko spożywcze 2% tłuszczu 3%</b>, <b>Masło ekstra 2%</b></li> <li><b>Gulasz wieprzowy 2016 72.29g</b> składniki: Wieprzowina szynka surowa 71%, Cebula 14%, <b>Mąka pszenna typ 500 7%</b>, Olej rzepakowy uniwersalny 7%</li> <li><b>Kluski śląskie 2016 60.24g</b> składniki: Ziemniaki średnio 79%, Skrobina ziemniaczana 11%, <b>Mąka pszenna typ 500 5%</b>, Olej rzepakowy uniwersalny 3%, <b>Jaja kurze całe 2%</b></li> <li>Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 60.24g składniki: Kapusta pekińska 68%, Ogórek zielony 14%, Koper ogrodowy 7%, Oliwa do sałatek z pierwszego tłoczenia Wielkopolski 5%, 100% sok z cytryny S 5%</li> <li>Woda z cytryną 2016 250.00g składniki: Woda wodociągowa 96%, Cytryna 4%</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Kisiel domowy o smaku żurawinowym 2016 200.00g składniki: Woda wodociągowa 70%, Żurawina S 21%, Cukier 5%, Skrobina ziemniaczana 4%</li> </ol>

**Dzień: 5 - Piątek, 2024-09-27**

<b>I śniadanie</b>	<b>II śniadanie</b>	<b>obiad</b>	<b>podwieczorek</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Kakao naturalne na mleku 2% z miodem 2016 250.00g</b> składniki: <b>Mleko spożywcze 2% tłuszczu 96%</b>, Kakao naturalne o obniżonej zaw. tłuszczu DECO MORRENO 2%, Miód pszczeli 2%</li> <li><b>Chleb żytni jasny 42.17g</b></li> <li><b>Masło śmietankowe 3.61g</b></li> <li><b>Pasta z sera żółtego 2016 24.10g</b> składniki: <b>Ser żółty gouda S 66%</b>, Szcypiorek 13%, <b>Musztarda 10%</b>, <b>Majonez dekoracyjny WINIARY 10%</b>, Pieprz czarny MIELONY 1%</li> <li>Papryka żółta 18.07g</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Gruszka 72.29g</li> <li><b>Orzechy włoskie 3.00g</b></li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Kapuśniak z kwaszonej kapusty 192.77g</b> składniki: Ziemniaki średnio 30%, Marchew 19%, Kapusta kwaszona 15%, Pietruszka korzeń 15%, <b>Seler korzeniowy 15%</b>, Por 4%, Oliwa z oliwek 2%</li> <li><b>Risotto z mięsem i warzywami 2016 130.48g</b> składniki: Wieprzowina łopatka 39%, Ryż biały 23%, Marchew 17%, Pietruszka korzeń 7%, <b>Mleko spożywcze 2% tłuszczu 7%</b>, Olej rzepakowy uniwersalny 5%, <b>Seler korzeniowy 3%</b></li> <li>Kompot z owoców mieszanych 2016 180.72g składniki: Woda wodociągowa 89%, MIESZANKA KOMPOTOWA HORTEX TRADYCYJNA 11%</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Koktajl bananowo-orzechowy 2016 200.00g</b> składniki: <b>Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 68%</b>, Banan 32%</li> <li>Chrupki kukurydziane 15.00g</li> </ol>

**Dzień: 6 - Poniedziałek, 2024-09-30**

<b>I śniadanie</b>	<b>II śniadanie</b>	<b>obiad</b>	<b>podwieczorek</b>
<ol style="list-style-type: none"><li><b>Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 250.00g</b> składniki: <b>Mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2%</b></li><li><b>Chleb żytni jasny 48.78g</b></li><li><b>Masło śmietankowe 3.66g</b></li><li><b>Pasztet z pieca krokus 21.95g</b></li><li>Pomidor 18.29g</li><li>Kiełki brokołu 2.44g</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>Banan 60.98g</li><li><b>Orzechy włoskie 7.76g</b></li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li><b>Krupnik z kaszy gryczanej 2016 207.32g</b> składniki: Ziemiaki średnio 57%, Marchew 14%, Kasza gryczana 9%, Pietruszka korzeń 6%, Por 6%, <b>Seler korzeniowy 3%</b>, <b>Masło ekstra 3%</b>, Pietruszka liście 3%</li><li><b>Knedle ze śliwkami i cynamonem 134.15g</b> składniki: Ziemiaki średnio 52%, <b>Ser twarogowy półtłusty 22%</b>, <b>Mąka pszenna typ 500 13%</b>, <b>Jaja kurze całe 7%</b>, <b>Masło ekstra 3%</b>, Skrobia ziemniaczana 2%, Cynamon mielony 1% śliwka 5%</li><li>Kompot z owoców mieszanych 2016 250.00g składniki: Woda wodociągowa 89%, MIESZANKA KOMPOTOWA HORTEX TRADYCYJNA 11%</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>Sok marchwiowy 250.00g</li><li>Chrupki kukurydziane 18.29g</li></ol>

**Dzień: 7 - Wtorek, 2024-10-01**

<b>I śniadanie</b>	<b>II śniadanie</b>	<b>obiad</b>	<b>podwieczorek</b>
<ol style="list-style-type: none"><li><b>Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru 2016 250.00g</b> składniki: <b>Mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%</b>, Kakao naturalne o obniżonej zaw. tłuszczu DECO MORRENO 2%</li><li><b>Chleb żytni jasny 53.57g</b></li><li><b>Masło śmietankowe 3.57g</b></li><li><b>Twarożek ze szczypiorkiem 23.81g</b> składniki: <b>Almette śmietankowy Puszynky serek twarogowy 71%</b>, <b>Jogurt naturalny 2% tłuszczu 18%</b>, Szczypiorek 11%</li><li>Rzodkiewka 21.43g</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>Jabłko 71.43g</li><li><b>Orzechy włoskie 5.14g</b></li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li><b>Krem wielowarzywny z makaronem 214.29g</b> składniki: Ziemiaki średnio 44%, Pietruszka korzeń 17%, <b>Seler korzeniowy 11%</b>, <b>Makaron bez jajeczny s 8%</b>, Marchew 6%, Por 6%, Gotowane na parze Cieciora Bonduelle 6%, <b>Masło ekstra 3%</b></li><li><b>Pulpety z mięsa mieszanego. gotowane 2016 59.52g</b> składniki: Wieprzowina łopatka 30%, Wołowina pieczeń 30%, <b>Bulki pszenne zwykłe 12%</b>, Marchew 12%, Pietruszka korzeń 6%, <b>Jaja kurze całe 5%</b>, Por 3%, <b>Seler korzeniowy 3%</b></li><li><b>Sos koperkowy 2016 17.86g</b> składniki: <b>Śmietana 18%</b> <b>tłuszczu 38%</b>, Koper ogrodowy 25%, <b>Mąka pszenna typ 500 25%</b>, <b>Masło ekstra 11%</b>, Pieprz czarny MIELONY 2%</li><li>Ziemiaki średnio 95.24g</li><li>Ogórek kwaszony 23.81g</li><li>Kompot z owoców mieszanych 2016 250.00g składniki: Woda wodociągowa 89%, MIESZANKA KOMPOTOWA HORTEX TRADYCYJNA 11%</li><li><b>Mleko spożywcze 2% tłuszczu 6.83g</b></li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li><b>Ciasto z owocami 47.62g</b> składniki: <b>Mąka pszenna typ 500 33%</b>, <b>Jogurt naturalny Włoszczowa 28%</b>, <b>Jaja kurze całe 20%</b>, <b>Masło ekstra 14%</b>, Owoc S 4%, Soda oczyszczona 1%, Proszek do pieczenia bezglutenowy i bezmleczny S 1%</li><li>Lemoniada 2016 250.00g składniki: Woda do picia 68%, Cytryna 22%, Miód pszczeli 7%, Mięta świeża 3%</li></ol>

**Dzień: 8 - Środa, 2024-10-02**

<b>I śniadanie</b>	<b>II śniadanie</b>	<b>obiad</b>	<b>podwieczorek</b>
1. <b>Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 250.00g</b> składniki: <b>Mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2%</b> 2. <b>Chleb żytni jasny 54.22g</b> 3. <b>Masło śmietankowe 3.61g</b> 4. <b>Pierś kurczaka pieczona 24.10g</b> 5. <b>Ogórek zielony 18.07g</b>	1. <b>Gruszka 72.29g</b> 2. <b>Orzechy włoskie 5.64g</b>	1. <b>Zupa szczawiowa z ryżem 204.82g</b> składniki: <b>Marchew 22%, Seler korzeniowy 22%, Pietruszka korzeń 22%, Szczaw 12%, Por 7%, Ryż biały 4%, Śmietana 18% tłuszczu 4%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 4%, Masło ekstra 1%</b> 2. <b>Pieczone paleczki z kurczaka 120g</b> składniki: <b>Mięso z piersi kurczaka bez skóry 63%, Olej rzepakowy uniwersalny 13%,</b> 3. <b>Ziemniaki z koperkiem 102.41g</b> składniki: <b>Ziemniaki średnio 97%, Koper ogrodowy 3%</b> 4. <b>Surówka z selera z rodzynkami i orzechami 2016 60.24g</b> składniki: <b>Seler korzeniowy 46%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu 19%, Rodzynki suszone 8%, Orzechy włoskie 8%, Soja kielki 8%, Pietruszka liście 8%, Sok cytrynowy 5%, Pieprz czarny MIELONY 0%</b> 5. <b>Kompot z owoców mieszanych 2016 250.00g</b> składniki: <b>Woda wodociągowa 89%, MIESZANKA KOMPOTOWA HORTEX TRADYCYJNA 11%</b>	1. <b>Chalki zdobne 46.14g</b> 2. <b>Masło śmietankowe 3.61g</b> 3. <b>Dżem truskawkowy niskosłodzony 18.07g</b> 4. <b>Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 250.00g</b> składniki: <b>Woda wodociągowa 97%, Cytryna 2%, Cukier 1%</b>

**Dzień: 9 - Czwartek, 2024-10-03**

<b>I śniadanie</b>	<b>II śniadanie</b>	<b>obiad</b>	<b>podwieczorek</b>
1. <b>Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru 2016 250.00g</b> składniki: <b>Mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kakao naturalne o obniżonej zaw. tłuszczu DECO MORRENO 2%</b> 2. <b>Chleb żytni jasny 54.88g</b> 3. <b>Masło śmietankowe 3.66g</b> 4. <b>Pasta z kurczaka 24.39g</b> składniki: <b>Mięso z piersi kurczaka bez skóry 61%, Almette śmietankowy Puszynki serek twarogowy 32%, Papryka czerwona 5%, Oliwa z oliwek 2%, Tymianek 0%, Czosnek 0%</b> 5. <b>Pomidor 18.29g</b>	1. <b>Banan 77.07g</b> 2. <b>Orzechy włoskie 4.54g</b>	1. <b>Barszcz ukraiński z fasolką szparagową 2016 219.51g</b> składniki: <b>Burak 34%, Ziemniaki średnio 17%, Fasola szparagowa 13%, Kalafior 10%, Marchew 7%, Śmietana 18% tłuszczu 7%, Pietruszka korzeń 3%, Koncentrat pomidorowy 30% 3%, Por 2%, Pietruszka liście 2%, Cukier 1%, Mąka pszenna typ 500 1%, Sól spożywcza dietetyczna niskosodowa O'Sole Vita 0%</b> 2. <b>Spaghetti z mięsa mieszanego 2016 121.95g</b> składniki: <b>Makarony bez jajeczny 36%, Wieprzowina łopatka 23%, Wołowina pieczeń 23%, Koncentrat pomidorowy 30% 5%, Włoszczyzna krojona w paski mrożona 5%, Cebula 5%, Czosnek 1%, Bazylia suszona 1%, Oregano suszone 1%</b> 3. <b>Kompot z owoców mieszanych 2016 250.00g</b> składniki: <b>Woda wodociągowa 89%, MIESZANKA KOMPOTOWA HORTEX TRADYCYJNA 11%</b>	1. <b>Budyń kukurydziany o smaku waniliowym z musem owocowym 168.54g</b> składniki: <b>Mleko spożywcze 3.2% tłuszczu 66%, Owoc S 20%, Mąka kukurydziana S 4%, Masło ekstra 3%, Miód pszczeli 3%, Żółtka jaja kurzego 3%, Syrop klonowy 3%, Wanilia laska 0%</b>

**Dzień: 10 - Piątek, 2024-10-04**

<b>I śniadanie</b>	<b>II śniadanie</b>	<b>obiad</b>	<b>podwieczorek</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 250.00g</b> składniki: <b>Mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2%</b></li><li>2. <b>Chleb żytni jasny 54.22g</b></li><li>3. <b>Masło śmietankowe 6.02g</b></li><li>4. Humus czekoladowy 28.92g składniki: Ciecierzycyca w puszcze 69%, Syrop klonowy 13%, Kakao 16% proszek 9%, Olej kokosowy S 8%, Wania laska 1%</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Arbuz 72.29g</li><li>2. <b>Orzechy włoskie 5.64g</b></li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>Krem z zielonego groszku z kaszą jaglaną 192.77g</b> składniki: Ziemiaki średnio 44%, Groszek zielony 33%, Kasza jaglana 7%, Marchew 6%, <b>Seler korzeniowy 3%</b>, Pietruszka korzeń 3%, Por 3%, <b>Masło ekstra 2%</b>, Pieprz czarny MIELONY 0%</li><li>2. <b>Filet z dorsza smażony 60.24g</b> składniki: <b>Dorsz mrożony 75%</b>, <b>Bulka tarta 8%</b>, Olej rzepakowy uniwersalny 8%, <b>Mąka pszenna typ 550 5%</b>, <b>Jaja kurze całe 5%</b></li><li>3. <b>Ziemiaki puree z koperkiem 112.41g</b> składniki: Ziemiaki średnio 91%, <b>Mleko spożywcze 2% tłuszczu 5%</b>, Koper ogrodowy 3%, <b>Masło ekstra 1%</b></li><li>4. Surówka z kapusty kiszanej 2016 60.24g składniki: Kapusta kwaszona 53%, Marchew 18%, Jabłko 18%, Cebula 7%, Olej rzepakowy uniwersalny 4%, Pieprz czarny MIELONY 0%</li><li>5. Kompot z owoców mieszanych 2016 180.72g składniki: Woda wodociągowa 89%, <b>MIESZANKA KOMPOTOWA HORTEX TRADYCYJNA 11%</b></li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>Ciasteczko zbożowe 24.10g</b></li><li>2. <b>Bawarka mleko 2% tłuszczu 250.00g</b> składniki: Woda wodociągowa 50%, <b>Mleko spożywcze 2% tłuszczu 50%</b>, Herbata SAGA czarna w torebkach 0%</li></ol>



<p><b>ALERGENY</b></p>	<p><b>A1</b> – zboża zawierające gluten: pszenica, żyto, jęczmień, owies;  <b>A3</b> - jajka i produkty pochodne;  <b>A4</b> – ryby i produkty pochodne;  <b>A5</b> - Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;  <b>A6</b> – soja i produkty pochodne;  <b>A7</b> - mleko i produkty pochodne łącznie z laktozą,  <b>A8</b> – Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe oraz produkty pochodne;  <b>A9</b> – seler i produkty pochodne;  <b>A10</b> -gorczyca  <b>A11</b> - sezam</p> <p><b>D: - dieta</b></p>
<p><b>DIETY</b></p>	<p><b>ŚNIADANIA - przykładowe:</b> Herbata rooibos, Herbata rumiankowa, herbata malinowa, herbata wieloowocowa, bezmleczna Bobovita, kanapki z polędwicą sopocka i warzywami, kanapki z polędwicą z indyka i warzywami, kanapki z szynką włoską i warzywami, kanapki z polędwicą drobiową i warzywami, kanapki z pastą warzywną, kanapki z szynką z kurczaka i warzywami, kanapki z dżemem owocowym, pasta z ciecierzycy, Pasta kanapkowa bezmleczna, kanapka z pastą warzywną ze słonecznikiem, kanapki z pastą rybną z ogórkiem kwaszonym.</p> <p><b>OBIADY- przykładowe:</b> zupa bez zabelania, makaron z musem owocowym, makaron z kurczakiem i warzywami, kotlecik saute, ryba na parze, makaron bez dodatku sera żółtego, pierś z kurczaka z ziołami, kaszotto, surówka bezmleczna, indyk w sosie pomidorowym i ziemniaki z koperkiem, ryż z musem jabłkowym, rosół z makaronem bezjajecznym, duszona pierś z kurczaka w ziołach, ziemniaki z koperkiem, potrawka wieprzowa z ryżem, risotto bezmleczne, gulasz z indyka i ziemniaki z koperkiem, potrawka wieprzowa z warzywami, zapiekanka ziemniaczana, makaron z sosem neapolitańskim, surówka z sosem winegret, ryż zapiekany z musem jabłkowym i cynamonem, duszona pierś z indyka, gulasz z indyka w sosie pomidorowym, makaron z warzywami.</p> <p><b>PODWIECZORKI- przykładowe:</b> kanapki z gotowanym schabem i warzywami, smoothie owocowe, kisiel owocowy, mus owocowy i chrupki jaglane, Wafelki ryżowe z dżemem, czekoladowa kasza manna na wodzie, galaretka z owocami, mus truskawkowy i wafelki ryżowe, kanapki z gotowanym schabem i warzywami, paluch kukurydziany, mus owocowy z wiórkami kokosowymi, paluch kukurydziany, wafle ryżowe z powidłem śliwkowym.</p>