

Brzoskwinia

	PONIEDZIAŁEK	Waga porcji	WTOREK	Waga porcji	ŚRODA	Waga porcji	CZWARTEK	Waga porcji	PIĄTEK	Waga porcji
Śniadanie	Chąłka Twarożek naturalny z truskawkami	35 g 30 g	Chleb małopolski Masło Pasta jajeczna Sałata	40 g 10 g 30 g 5 g						
	Kakao na mleku	200 ml	Herbata z cytryną	200 ml						
Alergeny	gluten, laktoza, białka mleka krowiego, 253kcal		gluten, jaja kurze, gorczyca, laktoza, białka mleka krowiego, 280kcal							
Śniad. 2	Jabłko	1 szt. 80kcal	Gruszka	1 szt. 60kcal						
Obiad	Krem z ciecierzycy z ziemniakami	300 ml	Zupa jarzynowa z ryżem	300 ml						
	Makaron spaghetti z sosem bolońskim z mięsem mielonym i warzywami	180 g	Sznycelek mielony wieprzowy Ziemniaki puree Surówka z marchewki z brzoskwinią	80 g 100 g 70 g						
	Kompot wielooowocowy	200 ml	Kompot wielooowocowy	200 ml						
Alergeny	gluten, jaja kurze, laktoza, białka mleka krowiego, seler, 467kcal		gluten, jaja kurze, laktoza, białka mleka krowiego, seler, 501kcal							
Podw.	Kanapka z serem żółtym i papryką	60 g	Ciasto jogurtowe z jagodami	60 g						
Alergeny	gluten, laktoza, białka mleka krowiego, 233kcal		gluten, jaja kurze, laktoza, białka mleka krowiego, 244kcal							

MENU: 28.04-03.05.2024 r.

P.W. Gastropol tel. 534 888 148

	PONIEDZIAŁEK	Waga porcji	WTOREK	Waga porcji	ŚRODA	Waga porcji	CZWARTEK	Waga porcji	PIĄTEK	Waga porcji
Obiad	Krem z ciecierzycy z ziemniakami	300 ml	Zupa jarzynowa z ryżem	300 ml						
	Makaron spaghetti z sosem bolońskim z mięsem mielonym i warzywami	250 g	Sznycelek mielony wieprzowy Ziemniaki puree Surówka z marchewki z brzoskwinia	100 g 200 g 100 g						
	Kompot wieloowocowy	200 ml	Kompot wieloowocowy	200 ml						
Alergeny	gluten, jaja kurze, laktoza, białka mleka krowiego, seler, 467kcal		gluten, jaja kurze, laktoza, białka mleka krowiego, seler, 501kcal							

Brzoskwinia – szkoła

Składniki i alergeny na tydzień 29-30.04.2024

Poniedziałek 29.04.2024

chałka (**składniki:** mąka **pszenna** [gluten], drożdże, cukier, sól), twaróg naturalny z truskawkami (**składniki:** ser twarogowy półtłusty [laktoza, białka mleka krowiego], truskawki) / płatki **wielozbożowe** [gluten]. **Kakao** [gluten] na **mleku** 3,2% [laktoza, białka mleka krowiego]

Krem z ciecierzycy z ziemniakami (**składniki:** woda, indyk, wołowina, ciecierzycyca, włoszczyzna z **selerem**, ziemniaki, cebula, **mleko** 3,2% [laktoza, białka mleka krowiego], **śmietana** 30% [laktoza, białka mleka krowiego], sól, pieprz, natka pietruszki, szczypiorek, ziele angielskie, liść laurowy, mąka **pszenna**[gluten], **masło** 82% [laktoza, białka mleka krowiego])

Makaron spaghetti/muszelki (**składniki:** mąka **pszenna** [gluten], **żytnia** [gluten], **jaja kurze**) z sosem bolońskim i warzywami (**składniki:** pomidory pelati, włoszczyzna z **selerem**, **śmietanka 30%** [laktoza, białka mleka krowiego], fasolka szparagowa, groszek zielony, cebula, czosnek, wieprzowina, bazyli, cukier, olej, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy).

Brukselka i marchewka na parze

Kompot domowy (**składniki:** woda, owoce mieszane)

Posiłek dodatkowy 1: Jabłko

Posiłek dodatkowy 2: Chleb mieszany (**składniki:** mąka **pszenna, żytnia, zakwas** [gluten], drożdże, sól), **masło** 82% [laktoza, białka mleka krowiego], **ser żółty** [laktoza, białka mleka krowiego], papryka

Posiłek dodatkowy 3: Muffinka karmelowa (**składniki:** mąka **pszenna** [gluten], **jaja kurze, masło** 82% [laktoza, białka mleka krowiego], olej rzepakowy, **mleko** 3,2% [laktoza, białka mleka krowiego], sok z cytryny, cukier waniliowy)

Wtorek, 30.04.2024

Chleb małopolski (**składniki:** mąka **pszenna, żytnia, zakwas** [gluten], drożdże, sól)/chlebe chrupki **żytni** [gluten], **masło** 82% [laktoza, białka mleka krowiego], pasta jajeczna (**składniki:** **jaja kurze, jogurt** grecki [laktoza, białka mleka krowiego], olej rzepakowy, sok z cytryny, **gorczyca**, sól, pieprz, tymianek, szczypiorek), sałata

Zupa jarzynowa (**składniki:** indyk, wołowina, włoszczyzna z **selerem**, brukselka, brokuł, kalafior, fasolka szparagowa, groszek, **mleko** 3,2% [laktoza, białka mleka krowiego], **śmietana** 30% [laktoza, białka mleka krowiego], sól, ziele angielskie, liść lauowy, koperek, szczypiorek, natka pietruszki, czosnek) z ryżem

Potrąwka drobiowa (**składniki:** kurczak, indyk, koperek, włoszczyzna z **selerem, masło** 82% [laktoza, białka mleka krowiego], mąka **pszenna** [gluten], groszek, cukinia, brokuł, fasolka szparagowa, ziele angielskie, liść lauowy, sól, pieprz)

Sznycelek mielony wieprzowy (**składniki:** wieprzowina, **jaja kurze**, sól, pieprz, czosnek, olej rzepakowy, papryka suszona)

Ziemniaki puree (**składniki:** ziemniaki, **masło** 82% [laktoza, białka mleka krowiego], **mleko** 3,2% [laktoza, białka mleka krowiego])

Surówka z marchewki z brzoskwinią (**składniki:** marchew, brzoskwinia, sok z cytryny, olej rzepakowy)

Kompot domowy (**składniki:** woda, owoce mieszane)

Posiłek dodatkowy 1: Gruszka

Posiłek dodatkowy 2: Koktajl wiśniowy na **maślance** [laktoza, białka mleka krowiego]

Posiłek dodatkowy 3: Ciasto jogurtowe z jagodami (**składniki:** mąka **pszenna** [gluten], **jaja kurze, jogurt** grecki [laktoza, białka mleka krowiego], olej rzepakowy, cukier, jagody, wanilia)

Czwartek, 02.05.2024

Chleb wiejski (**składniki:** mąka **pszenna, żytnia, otręby, zakwas** [gluten], drożdże, sól), **masło** 82% [laktoza, białka mleka krowiego], polędwica drobiowa, ogórek kiszony.

Herbata malinowa

Zupa pomidorowa (**składniki:** woda, indyk, wołowina, pomidory, koncentrat pomidorowy, włoszczyzna z **selerem, mleko** 3,2% [laktoza, białka mleka krowiego], **śmietana** 30% [laktoza, białka mleka krowiego], natka pietruszki, ziele angielskie, liść lauowy, sól, pieprz) z kaszą jaglaną

Knedle z morelami (**składniki:** płatki ziemniaczane, woda, skrobia ziemniaczana, morele, cukier, sól)

Polewa jogurtowo-waniliowa (**składniki:** **jogurt** grecki [laktoza, białka mleka krowiego], **mleko** 3,2% [laktoza, białka mleka krowiego], cukier, wanilia)

Kompot domowy (**składniki:** woda, owoce mieszane)

Posiłek dodatkowy 1: Jabłko

Posiłek dodatkowy 2: Kisiel (**składniki:** woda, wiśnie, jabłka, skrobia ziemniaczana, chia), pałka kukurydziana

Wszystkie napoje słodzone maksymalnie (3,5g cukru/200ml)

Pieczycwo może zawierać sezam i soję. W razie alergii prosimy o zgłoszenie tej informacji i zamawianie posiłku z wykluczeniem tego alergenu.