

**21.11.2022** (poniedziałek)**► Obiad (507kcal)**

Zupa brokułowa (168 kcal)	1 porcja
Surówka z kapusty pekińskiej (102 kcal)	1 porcja
Ziemniaki puree (100 kcal)	1 porcja
Filet z indyka pieczony (95 kcal)	1 porcja
Kompot (42 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,\*

**22.11.2022** (wtorek)**► Obiad (507kcal)**

Zupa ogórkowa (173 kcal)	1 porcja
Kasza jęczmienna (168 kcal)	1 porcja
Drobiowe pulpety w sosie koperkowym (118 kcal)	1 porcja
Buraczki (11 kcal)	1 porcja
Kompot (37 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,\*

**23.11.2022** (środa)**► Obiad (516kcal)**

Zupa grochowa (119 kcal)	1 porcja
Naleśniki z serem i jabłkiem (252 kcal)	1 porcja
Kompot (39 kcal)	1 porcja
Mus z jabłek i bananów (106kcal)	1 sztuka (100g)

ALERGENY 1,3,7,9,\*

**24.11.2022** (czwartek)**► Obiad (583kcal)**

Zupa pomidorowa (43 kcal)	1 porcja
Ziemniaki puree (93 kcal)	1 porcja

Kotlet schabowy (291 kcal)	1 porcja
Mizeria ze szczypiorkiem i jogurtem naturalnym (119 kcal)	1 porcja
Kompot (37 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,\*

**25.11.2022** (piątek)**► Obiad (576kcal)**

Żurek z ziemniakami (288 kcal)	1 porcja
Pampuchy na parze z sosem owocowym (244 kcal)	1 porcja
Kompot 200 ml (44 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,\*

**28.11.2022** (poniedziałek)**► Obiad (416kcal)**

Zupa krem z soczewicy (98 kcal)	1 porcja
Łazanki z kapustą i mięsem (202 kcal)	1 porcja
Groszek ptysiowy (5kcal)	1/8 szklanki (1g)
Actimel klasyczny - Danone (76kcal)	4 sztuki (100g)
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,\*

**29.11.2022** (wtorek)**► Obiad (572kcal)**

Zupa pieczarkowa (160 kcal)	1 porcja
Ziemniaki puree (68 kcal)	1 porcja
Rumsztyk z zieloną pietruszką (270 kcal)	1 porcja
Marchew z groszkiem (39 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,\*

**30.11.2022** (środa)**► Obiad (531kcal)**

Barszcz ukraiński (170 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja
Kluski leniwe z masłem i cukrem (226 kcal)	1 porcja
OWOC (100kcal)	100g

ALERGENY 1,3,7,9,\*

**01.12.2022** (czwartek)**► Obiad (541kcal)**

Zupa jarzynowa z lanym ciastem (67 kcal)	1 porcja
Gołąbki gotowane na parze (280 kcal)	1 porcja
Sos pomidorowy (43 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja
Lubisie, ciastko biszkoptowe z nadzieniem mlecznym (116kcal)	1 sztuka (30g)

ALERGENY 1,3,7,9\*

**02.12.2022** (piątek)**► Obiad (458kcal)**

Krupnik (111 kcal)	1 porcja
Paluszki rybne z piekarnika (146 kcal)	1 porcja
Ziemniaki puree (68 kcal)	1 porcja
Surówka z kapusty kiszonej (98 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,4,7,9\*