

**20.11.2023** (poniedziałek)**► Obiad (472kcal)**

Zupa porowa z ziemniakami (183 kcal)	1 porcja
Gulasz wieprzowy (54 kcal)	1 porcja
Makaron warzyny, gotowany (128kcal)	1 porcja (100g)
Surówka colesław (72 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

**21.11.2023** (wtorek)**► Obiad (493kcal)**

Zupa ogórkowa zabieleną śmietaną (65 kcal)	1 porcja
Kotlet drobiowy mielony (286 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem (68 kcal)	1 porcja
Mini marchewki z masełkiem (39 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

**22.11.2023** (środa)**► Obiad (421kcal)**

Kapuśniak z pomidorami (64 kcal)	1 porcja
Pyzy z mięsem (214 kcal)	1 porcja
Sałatka z ogórka i papryki (108 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

**23.11.2023** (czwartek)**► Obiad (394kcal)**

Zupa brokułowa (47 kcal)	1 porcja
Filet z indyka w sosie pieczarkowym (88 kcal)	1 porcja

Kasza jęczmienna (168 kcal)	1 porcja
Surówka z kapusty pekińskiej (56 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

**24.11.2023** (piątek)**► Obiad (445kcal)**

Zupa krem z soczewicy z groszkiem ptysiowym (114 kcal)	1 porcja
Makaron pełnoziarnisty z białym serem , masłem i miodem (279 kcal)	1 porcja
Mus z marchwi (17kcal)	1 porcja (80g)
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,9*

**27.11.2023** (poniedziałek)**► Obiad (350kcal)**

Krem z dyni z grzankami czosnkowymi (15 kcal)	1 porcja
Pełnoziarniste spaghetti bolognese (215 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja
Chipsy warzywne (85kcal)	1 opakowanie (18g)

Alergeny 1,3,7,9,*

**28.11.2023** (wtorek)**► Obiad (554kcal)**

Krupnik z kaszą pęczak (243 kcal)	1 porcja
Kotlet schabowy (176 kcal)	1 porcja
Surówka z buraczkami i jabłkiem (32 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem (68 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

Alergeny 1,3,7,9,*

**29.11.2023** (środa)**► Obiad (546kcal)**

Zupa meksykańska (126 kcal)	1 porcja
Kluski leniwe z masłem i cukrem trzcinowym (266 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja
Serek homogenizowany, brzoskwinowy (119kcal)	1 porcja (100g)

ALERGENY 1,3,7,9*

**30.11.2023** (czwartek)**► Obiad (414kcal)**

Barszcz ukraiński (169 kcal)	1 porcja
Risotto z mięsem i warzywami (67 kcal)	1 porcja
Sos pomidorowy (43 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja
OWOC (100kcal)	100g

ALERGENY 1,3,7,9*

**01.12.2023** (piątek)**► Obiad (477kcal)**

Zupa z zielonego groszku (77 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem (68 kcal)	1 porcja
Paluszki rybne z piekarnika (199 kcal)	1 porcja
Surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem (98 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*