

**03.02.2025** (poniedziałek)**► Obiad (452kcal)**

Zupa brokułowa z ziemniakami 250ml (47 kcal)	1 porcja
Sos pomidorowy 60ml (43 kcal)	1 porcja
Risotto z mięsem i warzywami 180g (241 kcal)	1 porcja
Surówka z kiszzonego ogórka ,selera, kukurydzy i oliwą z oliwek 80g (88 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,*

**04.02.2025** (wtorek)**► Obiad (491kcal)**

Zupa pieczarkowa z ziemniakami 250ml (64 kcal)	1 porcja
Kasza jęczmienna 100g (168 kcal)	1 porcja
Drobiowe pulpety w sosie koperkowym 130g (145 kcal)	1 porcja
Surówka z czerwonej kapusty 80g (81 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,*

**05.02.2025** (środa)**► Obiad (632kcal)**

Kapuśniak z pomidorami 250ml (102 kcal)	1 porcja
Kluski leniwe z masłem i cukrem trzcinowym 120g (472 kcal)	1 porcja
Kompot 150ml (33 kcal)	1 porcja
Jabłko (25kcal)	1 sztuka (50g)

ALERGENY 1,3,7,9,*

**06.02.2025** (czwartek)**► Obiad (688kcal)**

Rosółek na grysiku 250ml (163 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem 150g (68 kcal)	1 porcja
Surówka wielowarzywna (68 kcal)	1 porcja
Kotlet schabowy 80g (356 kcal)	1 porcja
Kompot 150ml (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

**07.02.2025** (piątek)**► Obiad (528kcal)**

Zupa jarzynowa z lanym ciastem 250ml (90 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem 150g (68 kcal)	1 porcja
Paluszki rybne z piekarnika 2 szt (216 kcal)	1 porcja
Surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem 80g (121 kcal)	1 porcja
Kompot 150ml (33 kcal)	1 porcja

Alergeny 1,3,4,7,9,*

**10.02.2025** (poniedziałek)**► Obiad (537kcal)**

Zupa kalafiorowa z ziemniakami 250ml (139 kcal)	1 porcja
Łazanki z kapustą i kielbasą 180g (268 kcal)	1 porcja
Kompot 150ml (33 kcal)	1 porcja
Banan (97kcal)	1 porcja (100g)

ALERGENY 1,3,7,9,*

**11.02.2025** (wtorek)**► Obiad (343kcal)**

Bulion wołowy z zacierkami 250ml (128 kcal)	1 porcja
Potrąbka z gotowanej wołowiny 80g (82 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem 150g (68 kcal)	1 porcja
Surówka z buraczkami i jabłkiem 80g (32 kcal)	1 porcja
Kompot 150ml (33 kcal)	1 porcja

Alergeny 1,3,7,9,*

**12.02.2025** (środa)**► Obiad (592kcal)**

Zupa z soczewicy 250ml (114 kcal)	1 porcja
Pampuchy na parze z sosem owocowym 50ml (361 kcal)	1 porcja
Kompot 150ml (33 kcal)	1 porcja
Fit Ciasteczka Zbożowe z morelą Bez Cukru Sante (84kcal)	1/8 opakowania (20g)

ALERGENY 1,3,7,9,*

**13.02.2025** (czwartek)**► Obiad (458kcal)**

Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (65 kcal)	1 porcja
Filet z indyka pieczony w sosie własnym 80g (142 kcal)	1 porcja
Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka zielonego i pora 80g (115 kcal)	1 porcja
Kasza gryczana (103 kcal)	1 porcja
Kompot z śliwkami 150g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*



14.02.2025 (piątek)

▶ **Obiad (508kcal)**

Żurek z ziemniakami 250ml (156 kcal)	1 porcja
Makaron pełnoziarnisty z białym serem , masłem i miodem 160g (220 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja
Mus jabłkowy (99kcal)	1 porcja (80g)

ALERGENY 1,3,7,9*