

**03.03.2025** (poniedziałek)**► Obiad (476kcal)**

Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami z koperkiem (125 kcal)	1 porcja
Łazanki z kapustą i mięsem (268 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja
Jabłko (50kcal)	1 sztuka (100g)

ALERGENY 1,3,7,9,*

**04.03.2025** (wtorek)**► Obiad (490kcal)**

Zupa ogórkowa z brązowym ryżem250ml (163 kcal)	1 porcja
Bitki w sosie węgierskim70g (111 kcal)	1 porcja
Ziemniaki puree150g (68 kcal)	1 porcja
Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka zielonego i pora (115 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,*

**05.03.2025** (środa)**► Obiad (525kcal)**

Zupa z fasolki szparagowej250ml (141 kcal)	1 porcja
Kluski leniwe z masłem i cukrem trzcinowym120g (266 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja
Chipsy warzywne (85kcal)	1 opakowanie (18g)

Alergeny 1,3,7,9,*

**06.03.2025** (czwartek)**► Obiad (529kcal)**

Zupa pieczarkowa250ml (173 kcal)	1 porcja
Drobiowe pulpety w sosie szpinakowym130g (145 kcal)	1 porcja
Kasza kuskus100g (113 kcal)	1 porcja
Surówka z selera ,ogórka kiszzonego , kukurydzy i jogurtu naturalnego80g (65 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,*

**07.03.2025** (piątek)**► Obiad (488kcal)**

Zupa kalafiorowa z parmezanem250ml (124 kcal)	1 porcja
Ziemniaki puree150g (68 kcal)	1 porcja
Sznycelki rybne80g (165 kcal)	1 porcja
Surówka z kapusty kiszzonej z burakiem i oliwą z oliwek80g (98 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,4,7,9*

**10.03.2025** (poniedziałek)**► Obiad (498kcal)**

Zupa z ciecierzycą250ml (44 kcal)	1 porcja
Gulasz wieprzowy120ml (327 kcal)	1 porcja
Makaron pełnoziarnisty penne100g (57 kcal)	1 porcja
Surówka z jabłkiem , marchewką , jogurtem naturalnym80g (37 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,*

**11.03.2025** (wtorek)**► Obiad (449kcal)**

Krupnik z kaszą 250ml (55 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem 150g (68 kcal)	1 porcja
Kotlet schabowy80g (176 kcal)	1 porcja
Surówka z czerwonej kapusty80g (81 kcal)	1 porcja
Sok marchwiowo-brzoskwiniowy (69kcal)	1 szklanka (150ml)

Alergeny 1,3,7,9,*

**12.03.2025** (środa)**► Obiad (460kcal)**

Zupa ziemniaczana z porami250ml (112 kcal)	1 porcja
Pełnoziarniste spaghetti bolognese z passatą pomidorową120ml (215 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja
OWOC (100kcal)	100g

Alergeny 1,3,7,9,*

**13.03.2025** (czwartek)**► Obiad (381kcal)**

Zupa pomidorowa z makaronem250ml (20 kcal)	1 porcja
Kasza gryczana100g (168 kcal)	1 porcja
Filet z indyka pieczony80g (88 kcal)	1 porcja
Surówka colesław80g (72 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,*



14.03.2025 (piątek)

▶ **Obiad (522kcal)**

Żurek 1/2 jajka z ziemniakami 250ml (156 kcal)	1 porcja
Makaron pełnoziarnisty z białym serem , masłem i miodem160g (279 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja
Mus 100% banan jabłko Kubuś (54kcal)	1 sztuka (100g)

ALERGENY 1,3,7,9,*