

 08.01.2024 **Poniedziałek**

Obiad

Rosół drobiowo- wołowy z makaronem

Składniki: woda, kurczak, tuszka, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, wołowina szponder, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Bułka paryska z masłem

Składniki: bułka paryska (angielka) (**pszenica**), masło ekstra (**mleko**)

Sok marchwiowy 100%

 09.01.2024 **Wtorek**

Obiad

Bitki schabowe w sosie własnym

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, woda, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, sól biała, pieprz

Ziemniaki gotowane z masłem

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (**mleko**), sól biała

Brukselka, mrożona

Sok grejpfrutowy 100%

Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem (mleko)

 10.01.2024 **Środa**

Obiad

Gyros z kurczaka z sosem jogurtowym

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), cebula, olej rzepakowy, keczup, majonez (**jajka, gorczyca**), czosnek

Ryż biały, gotowany

Surówka z białej rzodkwi, jabłka z jogurtem greckim

Składniki: biała rzodkiew, jabłko, jogurt grecki (**mleko**)

Sok wielowarzywny 100%

Banan

 11.01.2024 **Czwartek**

Obiad

Zupa grochowa z ziemniakami, bułka pszenna, sok pomarańczowy 100% (obiad jednodaniowy)

Składniki: woda, sok pomarańczowy 100%, bułki **pszenne** zwykłe, ziemniaki, groch, nasiona suche, kielbasa śląska, marchew, cebula, boczek wędzony bez kości, olej rzepakowy, pietruszka, korzeń, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, cząber suszony

Marchew

Woda

 12.01.2024 **Piątek**

Obiad

Paluszki rybne smażone

Składniki: paluszki **rybne** mrożone, olej rzepakowy

Ziemniaki gotowane z masłem

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (**mleko**), sól biała

Surówka z pora, marchewki i jabłka

Składniki: jabłko, por, marchew, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**)

Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 100%

Wafle ryżowe