Bema - JADŁOSPIS-02-06.03.2020

Uśredniona WAGA/Kcal posiłku	*250g/150kcal*	*Mały posiłek - 360g/430kcal* *Duży posiłek - 540g/650kcal*	PBGastro
Dzień tygodnia	**ZUPA**	**DRUGIE DANIE**	**NAPOJE**
Poniedziałek	**Zupa zarzutka** [1,9]	**Spaghetti bolognese , surówka z kapusty pekińskiej z sosem jogurtowym** [1,7,9]	**Kompot owocowy**
Wtorek	**Zupa pomidorowa z makaronem** 1,3,7,9	**Antrykot z kurczaka w chrupiącej panierce kukurydzianej z ziemniakami i warzywa gotowane na parze** [1,3,9]	**Cytroneta**
Środa	**Zupa kalafiorowa** [1,7,9]	**Leczo warzywne z ryżem**	**Herbata owocowa**
Czwartek	**Żurek z ziemniakami** [1,3,7,9]	**Kotlet mielony z ziemniakami i buraczkami na ciepło** [1,3,7,9]	**Lemoniada słodzona miodem**
Piątek	**Zupa pieczarkowa** [1,3,6,7,9]	**Leniwe polewą jogurtowo-truskawkową i marchewką na słodko** 1,3,7	**Herbata miętowa**

1.Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki 3.Jaja i produkty pochodne 4.Ryby i produkty pochodne 5.Orzeszki ziemne (arachidowe) 6.Soja i produkty pochodne 7.Mleko i produkty pochodne 8.Orzechy z drzew orzechowych 9.Seler i produkty pochodne 10.Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu i produkty pochodne 12.Dwutlenek siarki 13.Łubin 14.Mięczaki

Bema -JADŁOSPIS-09-13.03.2020

Uśredniona WAGA/Kcal posiłku	*250g/120kcal*	*Mały posiłek -325g/390kcal* *Duży posiłek -740g/700kcal*	PBGastro
Dzień tygodnia	**ZUPA**	**DRUGIE DANIE**	**NAPOJE**
Poniedziałek	**Krupnik** 1,9	**Indyjskie curry z indykiem podawane z ryżem i surówką z czerwonej kapusty i pora** 1,7,9	**Napar owocowy**
Wtorek	**Rosół**	**Kotlet schabowy z ziemniakami oraz kapustką zasmażaną** 1,3,7,9	**Kompot owocowy**
Środa	**Zupa jarzynowa** 1,8	**Makaron z sosem pomidorowo -warzywnym** 1,7,9	**Herbata z miętą**
Czwartek	**Barszcz ukraiński1,3,7,9**	**Wieprzowe klopsiki frykadele w sosie własnym, z kaszą Bulgur i fasolką szparagową** 1,3,6,7	**Lemoniada słodzona miodem**
Piątek	**Zupa cukiniowa z makaronem** 1,3,7,9	**Filet z miruny panierowany z ziemniakami i surówka z pomidorów, cebulki i szczypiorku** 1,4,7	**Cytroneta**

1.Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki 3.Jaja i produkty pochodne 4.Ryby i produkty pochodne 5.Orzeszki ziemne (arachidowe) 6.Soja i produkty pochodne 7.Mleko i produkty pochodne 8.Orzechy z drzew orzechowych 9.Seler i produkty pochodne 10.Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu i produkty pochodne 12.Dwutlenek siarki 13.Łubin 14.Mięczaki

Bema -JADŁOSPIS -16-20.03.2020

Uśredniona WAGA/Kcal posiłku	*250g/100kcal*	*Mały posiłek - 350g/400kcal* *Duży posiłek - 530g/600kcal*	PBGastro
Dzień tygodnia	**ZUPA**	**DRUGIE DANIE**	**NAPOJE**
Poniedziałek	**Zupa groszkowa z ziemniakami** [1,3,7,9]	**Pierś z kurczaka duszona w sosie bazyliowym z ziemniakami i marchewka karotką** [1,3,7,9]	**Cytroneta**
Wtorek	**Zupa ziemniaczana** [1,3,7,9]	**Duszona wieprzowina w sosie własnym z kaszą gryczaną i surówką marchewka z chrzanem** [1,7,9,12]	**Herbata owocowa**
Środa	**Zupa szczawiowa** [1,3,9]	**Kotlety jajeczne , ziemniakami z koperkiem,fasolka szparagowa** [1,7,9,12]	**Kompt owocowy**
Czwartek	**Zupa grochowa** [1,7,9]	**Grillowany kurczak w marynacie paprykowo-jogurtowej z kolorowym makaronem i różyczkami brokułowymi** [1,3,7,9]	**Lemoniada słodzona miodem**
Piątek	**Zupa brokułowa** [1,3,7,9]	**Pierogi z białym serem i polewą jogurtowo-rodzynkową i marchewką na słodko** [1,3,7]	**Sok owocowy**

1.Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki 3.Jaja i produkty pochodne 4.Ryby i produkty pochodne 5.Orzeszki ziemne (arachidowe) 6.Soja i produkty pochodne 7.Mleko i produkty pochodne 8.Orzechy z drzew orzechowych 9.Seler i produkty pochodne 10.Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu i produkty pochodne 12.Dwutlenek siarki 13.Łubin 14.Mięczaki

Bema - JADŁOSPIS -23-27.03.2020

Uśredniona WAGA/Kcal posiłku	*250g/180kcal*	*Mały posiłek - 330g/400kcal* *Duży posiłek - 495g/600kcal*	PBGastro
Dzień tygodnia	**ZUPA**	**DRUGIE DANIE**	**NAPOJE**
Poniedziałek	**Zupa pomidorowa z ryżem** [1,3,7,9]	**Soczysty kurczak pieczony w piecu z ziemniakami i marchewką z groszkiem** [1,7,9,10]	**Herbata owocowa**
Wtorek	**Barszcz czerwony z ziemniakami** [1,9]	**Pierogi z mięsem, okraszone słoninką i podane z surówką ogórka kwaszonego z cebulką** [1,3,7,9]	**Cytroneta**
Środa	**Zupa ogórkowa** [1,7,9]	**Kotlety ziemniaczane z sosem pieczarkowym, surówką z kapusty pekińskiej i warzyw**	**Kompot owocowy**
Czwartek	**Rosół z makaronem** [1,3,7,9]	**Kotlet schabowy, podawany z ziemniakami oraz lekką mizerią na sałacie** [1,3,9]	**Lemoniada słodzona miodem**
Piątek	**Zupa zacierkowa** [1,9]	**Filet miruny panierowany z ziemniakami i surówką z kapusty kwaszonej 1,3,4,7,9**	**Kompot owocowy**

1.Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki 3.Jaja i produkty pochodne 4.Ryby i produkty pochodne 5.Orzeszki ziemne (arachidowe) 6.Soja i produkty pochodne 7.Mleko i produkty pochodne 8.Orzechy z drzew orzechowych 9.Seler i produkty pochodne 10.Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu i produkty pochodne 12.Dwutlenek siarki 13.Łubin 14.Mięczaki

Bema -JADŁOSPIS-30.03-03.04.2020

Uśredniona WAGA/Kcal posiłku	*250g/130kcal*	*Mały posiłek - 360g/370kcal* *Duży posiłek - 760g/900kcal*	PBGastro
Dzień tygodnia	**ZUPA**	**DRUGIE DANIE**	**NAPOJE**
Poniedziałek	**Zupa fasolowa** 1,7,9	**Ragu alla bolognese** , **surówka Colesław** 1,3,7,9	**Kompot owocowy**
Wtorek	**Zupa pomidorowa z ryżem** 1,7,9	**Kotlet rybny w panierce z ziemniakami i brukselką** 1,3,7,9	**Cytroneta**
Środa	**Zupa kalafiorowa** 1,7,9	**Strogonoff drobiowy z papryką podawany z ryżem i surówką warzywna z kukurydzą** 1,3,7,9	**Herbata owocowa**
Czwartek	**Żurek z ziemniakami** 1,3,7,9	**Sznycel drobiowy podawany z ziemniakami oraz buraczkami na ciepło** 1,3,7,9	**Lemoniada słodzona miodem**
Piątek	**Zupa ziemniaczana** 1,7	**Naleśniki z serem** 1,3,7 **Surówka z marchewki 9**	**Herbata miętowa**

1.Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki 3.Jaja i produkty pochodne 4.Ryby i produkty pochodne 5.Orzeszki ziemne (arachidowe) 6.Soja i produkty pochodne 7.Mleko i produkty pochodne 8.Orzechy z drzew orzechowych 9.Seler i produkty pochodne 10.Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu i produkty pochodne 12.Dwutlenek siarki 13.Łubin 14.Mięczaki