

**Catering zup z wydłużonym terminem ważności
(zupy pasteryzowane) 440 ml**

PONIEDZIAŁEK, 12 LIPCA 2021

ŚNIADANIE

Amerykański sen - Kukurydziano - dyniowa z kurczakiem (7, 9, 12)

II ŚNIADANIE

Zimowa - Z wołowiną, brukwią i jarmużem (7, 9)

OBIAD

Gołąbkowa z ziemniakami - Z wieprzowiną, kapustą kiszoną i ziemniakami (7, 9)

PODWIECZOREK

W doborowym towarzystwie - Ze szpinakiem i suszonymi pomidorami (9, 10, 12)

KOLACJA

Paprykówka - Z papryką, ziemniakami i makaronem (1, 9)

WTOREK, 13 LIPCA 2021

ŚNIADANIE

Łososiowe pole - Z łososiem i kukurydzą (4, 7, 9)

II ŚNIADANIE

Wspomnienie lata - Z suszonymi pomidorami, wieprzowiną i kus-kusem (1, 7, 9, 12)

OBIAD

Gra w polo - Z kurczakiem, cukinią i bulgurem (1, 7, 9)

PODWIECZOREK

Cukiniowe niebo - Z cukinii z ziołami (7, 9)

KOLACJA

Kokosowy raj - Pomidorowo - kokosowa z bakłażanem i kaszą bulgur (1, 9)

ŚRODA, 14 LIPCA 2021

ŚNIADANIE

Kolorowa krowa - Paprykowa z wołowiną (7, 9)

II ŚNIADANIE

Krowa w groszki - Z wołowiną i groszkiem (7, 9, 12)

OBIAD

Pan bakłażan - Z kurczakiem, bakłażanem i papryką (7, 9)

PODWIECZOREK

Zapach orientu - Z kurczakiem i mlekiem kokosowym (9)

KOLACJA

Koreański kapuśniak - Z kapustą pekińską i tofu (6, 9, 11)

CZWARTEK, 15 LIPCA 2021

ŚNIADANIE

Domowe ognisko - Z wołowiną, dynią i imbirem (7, 9, 12)

II ŚNIADANIE

Świnka w czerwieni - Ze schabem, pomidorami i makaronem pełnoziarnistym (1, 7, 9)

OBIAD

Zupa św. Marcina - Krupnik z gęsią (1, 7, 9)

PODWIECZOREK

Zielony kapuśniak - Z łopatką i brokułami (7, 9)

KOLACJA

Na zielono - Z zielonych warzyw z amarantusem (7, 9)

PIĄTEK, 16 LIPCA 2021

ŚNIADANIE

Smak domu - Rosół drobiowy z makaronem (1, 9)

II ŚNIADANIE

Łazankowa - Z kapustą kiszoną, wołowiną i makaronem (1, 9)

OBIAD

Kipi kasza - Krupnik z pomidorami (1, 7, 9)

PODWIECZOREK

Kurczak w kapuście - Kapuśniak z kurczakiem (7, 9)

KOLACJA

Truflowa kartoflanka - Z pieczarkami i oliwą truflową (7, 9)

SOBOTA, 17 LIPCA 2021

ŚNIADANIE

Żar tropików - Z kurczakiem, makaronem i skórka pomarańczy (1, 9)

II ŚNIADANIE

Nasza kasza - Krupnik z indykiem (1, 9)

OBIAD

Pocztówka z Rodos - Z wołowiną, soczewicą i oliwkami (9, 12)

PODWIECZOREK

Groszku troszkę - Z indykiem, groszkiem i bulgurem (1, 9, 12)

KOLACJA

Meksykańska fala - Z czerwoną fasolą i papryką (9, 12)

NIEDZIELA, 18 LIPCA 2021

ŚNIADANIE

Krówka pod palmami - Kokosowa z soczewicą i wołowiną (9)

II ŚNIADANIE

Kurczak w czerwieni - Z kurczakiem, pomidorami i papryką (9, 12)

OBIAD

Cytrynowy kuskus - Cytrynowa z kurczakiem i kaszą kus-kus (7, 9)

PODWIECZOREK

Zupa Ateny - Porowa z wołowiną i oliwkami (7, 9, 12)

KOLACJA

Ciao, bella! - Pomidorowa z fenkułem i makaronem (1, 9)

Lista alergenów:

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne
2. Skorupiaki
3. Jaja
4. Ryby
5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja
7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
8. Orzechy: migdały, orzechy włoskie, nerkowca, brazylijskie, pistacje, makadamia
9. Seler
10. Gorczyca
11. Nasiona sezamu
12. Możliwe występowanie: dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców
13. Łubin
14. Mięczaki i produkty pochodne.

Składniki odżywcze zup dziennie (dla 5 zup danego dnia)

łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1462,1	123,9	84,1	64,6	26	
poniedziałek, 12 lipca 2021						Alergeny
Amerykański sen	374	36,9	23,4	13,4	4,1	7, 9, 12
Zimowa	265,6	16	20,1	12,8	5,1	7, 9
Gołąbkowa z ziemniakami	384	21,1	29,4	20,5	4,1	7, 9
W doborowym towarzystwie	239,1	22,6	6	11,8	7,4	9, 10, 12
Paprykówka	199,4	27,3	5,2	6,1	5,3	1, 9
łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1473,6	95,3	81	78,9	28,9	
wtorek, 13 lipca 2021						Alergeny
Łososiowe pole	303	15,9	23,1	17	2,6	4, 7, 9
Wspomnienie lata	367,4	19,5	22,5	20	10,2	1, 7, 9, 12
Gra w polo	392,4	27,6	26,6	17,4	5,9	1, 7, 9
Cukiniowe niebo	245,9	17	4,3	16,1	5	7, 9
Kokosowy raj	164,9	15,3	4,5	8,4	5,2	1, 9

łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1499,9	92,9	104,5	74,6	21	
środa, 14 lipca 2021						Alergeny
Kolorowa krowa	324,1	19,3	22	17,2	4,9	7, 9
Krowa w groszki	357	18,2	28,9	18,2	1,6	7, 9, 12
Pan bakłażan	364,7	19,4	21,6	20,9	4,8	7, 9
Zapach orientu	312,1	24,4	25,3	10,7	6,2	9
Koreański kapuśniak	142	11,6	6,7	7,6	3,5	6, 9, 11

łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1504,4	104,3	103	70,1	28,2	
czwartek, 15 lipca 2021						Alergeny
Domowe ognisko	319,5	19,3	27,3	14,8	3,2	7, 9, 12
Świnka w czerwieni	363	24,9	28,1	17,2	4,8	1, 7, 9
Zupa św. Marcina	374,7	27,7	20,2	18,9	5	1, 7, 9
Zielony kapuśniak	284	17	20,4	13,1	9,1	7, 9
Na zielono	163,2	15,4	7	6,1	6,1	7, 9

łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1474,2	128,1	101,5	59,2	21,2	
piątek, 16 lipca 2021						Alergeny
Smak domu	308,4	28,6	26,3	8,2	5,3	1, 9
Łazankowa	315	23,1	26,5	12,5	2,9	1, 9
Kipi kasza	348,8	28,2	23,7	14,2	4,6	1, 7, 9
Kurczak w kapuście	327	24,6	19,9	18,8	4,1	7, 9
Truflowa kartoflanka	175	23,6	5,1	5,5	4,3	7, 9

łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1523,7	111,7	102,1	62,4	25,1	
sobota, 17 lipca 2021						Alergeny
Żar tropików	333	24,3	21,8	10,6	3,5	1, 9
Nasza kasza	368,2	24,3	21,1	19,4	3,9	1, 9
Pocztówka z Rodos	387	20,5	29,7	20,8	4,3	9, 12
Groszku troszkę	263,7	26,3	23,4	5,1	6,5	1, 9, 12
Meksykańska fala	171,8	16,3	6,1	6,5	6,9	9, 12
łącznie:	Kcal:	Węglowodany (g):	Białka (g):	Tłuszcze (g):	Błonnik (g):	
	1446,3	103,4	91,2	69,5	24,8	
niedziela, 18 lipca 2021						
Krówka pod palmami	261,2	18,7	23,3	10,2	5,1	9
Kurczak w czerwieni	321,8	27,6	21,1	13,2	5	9, 12
Cytrynowy kuskus	376,8	25,7	24,3	18	5,2	7, 9
Zupa Ateny	308,1	14,7	18,6	18,9	4,3	7, 9, 12
Ciao, bella!	178,4	16,7	3,9	9,2	5,2	1, 9