

### PONIEDZIAŁEK 06/ 09/ 21r.

Zupa pomidorowa z ryżem, warzywami i ziel. pietr. 250 kcal

Składniki: wywar warzywny 78% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), ryż 8,6%  
Marchew 5%, koncentrat pomidorowy 7,5 % (zaw. ekstraktu – nie mniej niż 32%), zielona pietruszka 0,8% sól, pieprz.

Potrąwka z cieciorką, cukinią, fasolą czerwoną i pomidorami pelatti, makaron fusilli 265 kcal

Składniki: makaron **pszenny** fusilli 31%, ciecierzycza 14%, cukinia 13%, warzywa w zmiennych proporcjach 10%, fasola czerwona 9%, pomidory pelatti 7%, papryka czerwona 5%, wywar warzywny 4,2% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), kukurydza 3%, śmietana 2% (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), mąka **pszenna** 2%, cukier 1,5%, sok z cytryny 0,5%, zielona pietruszka 0,8%, sól, pieprz

Owoc jabłko 80 kcal

### WTOREK 07/ 09/ 21r.

Zupa rosół wegetariański z makaronem, warzywami i ziel. pietr. 235 kcal

Składniki: wywar warzywny 91,2% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietr, ziele angielskie, liść laurowy), makaron **pszenny** 8% (mąka makaronowa **pszenna**)  
zielona pietr 0,8% sól, pieprz

Sznyceł warzywny z mozzarellą w sosie koperkowym z ziemniakami puree, surówka z marchewki 270 kcal

Składniki: brokuły 31%, ziemniaki 25%, kalafior 19%, marchew 11%, ser mozzarella (z **mleka**) 6%, **jaja** 3,5%, bułka tarta (**pszenna**) 3%, pietruszka 1%, sok z cytryny 0,5%, sól, pieprz

Owoc arbuz 45 kcal

### ŚRODA 08/ 09/ 21r.

Zupa z zielonych warzyw, fasolką, brokułami, groszkiem, szpinakiem, ziemni i ziel. pietr. 250 kcal

Składniki: wywar warzywny 68% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), fasolka zielona 11%, brokuły 8,2%, ziemniaki 8%, groszek 5% szpinak 4%, zielona pietruszka 0,8%, sól, pieprz

Naleśnik z twarogiem (sos jogurtowy osobno), 275 kcal

Składniki: naleśnik 69% (mąka **pszenna**, **mleko**, **jaja**, sól), twaróg półtłusty 18% (**mleko** pasteryzowane, kultury bakterii), jogurt naturalny 7% (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych, Lactobacillus acidophilus, Bifidobacterium lactis), cukier waniliowy 4%, olej rzepakowy 2%

Owoc banan 95 kcal

### CZWARTEK 09/ 09/ 21r.

Zupa krem z białych warzyw z ziemniakami i ziel. pietr 235 kcal

Składniki: wywar warzywny 68% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), kalafior 17%, ziemniaki 7%, marchew 4,2%, śmietana 2% (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej) mąka **pszenna** 1%, biała cebula 5%, zielona pietruszka 0,8% sól, pieprz.

Kotlecik z soczewicy i warzyw w sosie śmietanowym z kaszą pęczak, surówka z buraczków 235 kcal

Składniki: kalafior 33%, brokuły 16%, buraki 15% soczewica 13%, bułka tarta 6,5% (mąka **pszenna** 78%, woda, drożdże, sól), sos śmietanowy (**mleko**) 5,7%, masło (**mleko**) 4% (śmietanka pasteryzowana, zaw. Tłuszczu mlecznego 82%), **jaja** 3,8%, olej rzepakowy 1,5%, papryka słodka 0,5% czosnek 0,5%, sok z cytryny 0,5%, sól, pieprz Sos: śmietana (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), wywar (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), mąka **pszenna**, sok z cytryny, koperek, sól, pieprz

Owoc gruszka 60 kcal

### PIĄTEK 10/ 09/ 21r.

Zupa jarzynowa z fasolką, brokułami, brukselką, kalafiozem, zacierką i ziel. pietr 240 kcal

Składniki: wywar warzywny 66% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz), kalafior 6%, brokuły 6,2 %, fasolka szparagowa 4%, brukselka 3,5%, mąka **pszenna** 2%, **jaja** 1,5%, śmietana 2% (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mleko), zielona pietruszka 0,8% sól, pieprz.

Złocisty dukat z mintaja z ziemni puree i ziel. koper w musie warzywnym, surówka z selera z rodzynek 250 kcal

Składniki: filet z mintaja 67 %, ziemniaki 18%, **seler** 12%, masło 2,5% (śmiet pasteryz, zaw. Tłuszcz mlecz 82%), sok z cyt 0,5%, rodzyнки, koperek, sól, pieprz

Ciasto jogurtowe z rabarbarem (obniżona zawartość cukru) 95 kcal

Składniki: mąka **pszenna** 56%, jogurt naturalny 21% (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych, Lactobacillus acidophilus, Bifidobacterium lactis) rabarbar 12%, cukier 6%, **jaja** 4%, olej rzepakowy 1%

#### UWAGI:

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu.

Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla przedszkolnej grupy wiekowej:

zupy do 250 ml/ os, Danie główne (skrobia od 80 do 120 gr/ os, mięso/ ryba od 50 do 80 gr/ os, surówka

Od 80 do 110gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 100-200 gr/ os, sosy do 10 gr/ os, deser 20 gr do 200 gr/ os

Alergeny znajdują się w składnikach dań wytłuszczonym drukiem

### PONIEDZIAŁEK 13/ 09/ 21r.

#### Zupa brokułowa z warzywami, ryżem i ziel. pietr 250 kcal

Składniki: wywar warzywny 66% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz), brokuły 17%, ryż 8%, śmietana 4% (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), mąka **pszenna** 3%, czosnek 1,5%, natka pietruszki 0,5%, sól, pieprz

#### Spaghetti sojowe z warzywami i pomidorami pelati 265 kcal

Składniki: substytut mięsa na bazie soi 47% (tofu 94% (woda, ziarno **soi**, aromat naturalny, sól, ziola i przyprawy 0,75% (czosnek w proszku, pieprz, chilli, regulator kwasowości- kwas mlekowy), makaron **pszenny** 29%, koncentrat pomidorowy 8% (zaw. ekstraktu- nie mniej niż 32%), pomidory pelati 6%, śmietana 4% (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), czosnek 3%, olej rzepakowy 2% tymianek 0,5% , oregano 0,5% , sól,

Owoc jabłko 80 kcal

### WTOREK 14/ 09/ 21r.

#### Zupa barszcz zabielały z warzywami, ziemniakami i ziel. pietr. 235 kcal

Składniki: wywar warzywny 68% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, buraki 16%, ziemniaki 5%, korzeń pietruszki 3%, śmietana 1,5% (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), pietruszka 0,5%, pieprz, sól

#### Roladka warzywna z kaszą bulgur w sosie śmietanowym 260 kcal

Składniki: brokuły 27%, kasza bulgur (gluten) 19%, marchew 15%, **seler** 11% kalafior 10% , korzeń pietruszki 5%, śmietana (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej)3%, wywar 2%, sól, pieprz

Owoc arbuz 45 kcal

### ŚRODA 15/ 09/ 21r.

#### Zupa krupnik z ziemniakami, warzywami i ziel. pietr 250 kcal

Składniki: wywar warzywny 66% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), kasza jęczmienna 15% (może zawierać gluten- z **pszenicy**), ziemniaki 10,2%, marchew 6%, korzeń **selera** 2% , zielona pietruszka 0,8%, sól, pieprz

#### Pierogi z twarogiem i jagodami/ sos jogurtowy (osobno) 240 kcal

Składniki: ciasto 58%(mąka **pszenna**, woda, **jaja**, sól), ser twarogowy półtłusty 21% (z **mleka**), truskawki 18%, cukier 3%, sól

Owoc banan 105 kcal

### CZWARTEK 16/ 09/ 21r.

#### Zupa ogórkowa z warzywami, ziemniakami i ziel. pietr 235 kcal

Składniki: wywar warzywny 68% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), ogórki kiszzone 17%, ziemniaki 7%, marchew 4,2%, śmietana 2% (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej) mąka **pszenna** 1%, zielona pietruszka 0,8% sól, pieprz

#### Medalion z białej fasoli i warzyw ogrodowych z kaszą pęczak, surówka z buraczków 260 kcal

Składniki: fasola biała 52%, kasza pęczak (gluten **pszenny**) 19%, buraki 12%, marchew 7%, masło (z **mleka**) 4%, bułka tarta (**pszenna**) 3%, sok z cytryny, olej rzepakowy 2%, pietruszka 1%, sól, pieprz

Sos koperkowy: śmietana (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), wywar (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), mąka **pszenna**, masło (**śmietanka** pasteryzowana, zaw. tłuszczu mlecznego 82%), sok z cytryny, koperek, sól, pieprz

Owoc gruszka 60 kcal

### PIĄTEK 17/ 09/ 21r.

#### Zupa rosół wegetariański z makaronem, warzywami i ziel. pietr. 235 kcal

Składniki: wywar warzywny 91,2% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietr, ziele angielskie, liść laurowy), makaron **pszenny** 8% (mąka makaronowa **pszenna**) zielona pietr 0,8% sól, pieprz

#### Kotlecik z dorsza z ziemniakami puree i ziel. koper. surówka z białej kapusty ogórka kukur i ziel. pietr 230 kcal

Składniki: filet z dorsza 67% , ziemniaki 16%, surówka wiosenna (biała kapusta, ogórek, kukurydza) 12%. masło 2,5% (śmietanka pasteryzowana, zaw. Tłuszcz mlecznego 82%) mąka **pszenna** 2%, sok z cytryny 0,5%, sól, pieprz

#### Muffinka jogurtowa z żurawiną (obniżona zawartość cukru) 115 kcal

Składniki: mąka **pszenna** 67%, żurawina 12%, **jaja** 8%, mleko 6%, cukier 3,5%, olej rzepakowy 1%, proszek do pieczenia 0,5%

#### UWAGI:

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu.

Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla przedszkolnej grupy wiekowej:

zupy do 250 ml/ os, Danie główne (skrobia od 80 do 120 gr/ os, mięso/ ryba od 50 do 80 gr/ os, surówka

Od 80 do 110gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 100-200 gr/ os, sosy do 10 gr/ os, deser 20 gr do 200 gr/ os

Alergeny znajdują się w składnikach dań **wytłuszczonym** drukiem

### PONIEDZIAŁEK 20/ 09/ 21r.

#### Zupa kalafiorowa z ryżem, warzywami i ziel. pietruszką 230 kcal

Składniki: wywar warzywny 64% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), kalafior różyczki 23,2%, ryż 8%, marchew 4%, zielona pietruszka 0,8%, sól, pieprz

#### Pierogi ruskie z delikatną okrasą z cebulki, surówka z białej kapusty ogórka kukurydzy i ziel. pietruszki 250 kcal

Składniki: ciasto 32% (mąka **pszenna**, woda, **jaja**, sól), ziemniaki 21%, twaróg półtłusty 14%, biała kapusta 13%, ogórek świeży 8,5%, kukurydza 9,8%, olej rzepakowy 1,7%, cebula, sól, pieprz

Owoc jabłko 80 kcal

### WTOREK 21/ 09/ 21r.

#### Zupa z zielonych warzyw, fasolką, brokułami, groszkiem, szpinakiem, ziemni i ziel. pietr. 250 kcal

Składniki: wywar 63%(woda, march, por, **seler**, korzeń pietr, ziele ang, liść laurowy),fasolka zielona 11%, brokuły 8,2%, ziemniaki 8%, groszek 5% szpinak 4%, zielona pietruszka 0,8%, sól, pieprz

#### De volaille z ciecioriki i warzyw w sosie letnim z kukinią z bakłażanem z ziemniak, surów z marchewki 270 kcal

Składniki: ciecierzycza 21%, ziemniaki 20%, kalafior 16%, brokuły 13,5%, marchew 12%, sos letni 7%, ryż 6%, bułka tarta 2% (**pszenna**), **jaja** 2%, sok z cytryny 0,5%, sól, pieprz Sos letni: kukinia, bakłażan, **seler**, korzeń pietruszki, por, koncentrat pomidorowy (zaw. ekstraktu nie mniej niż 32%), tymianek, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz

Owoc arbuz 35 kcal

### ŚRODA 22/ 09/ 21r.

#### Zupa wiejska z warzywami, ziemniakami, ziel. groszek i ziel. pietr 250 kcal

Składniki: wywar warzywny 65% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), % ziemniaki 15%, marchew 6%, groszek cukrowy 5%, koncentrat pomidorowy 3 % (zaw. ekstraktu nie mniej niż 32%), mąka **pszenna** 2,2%, śmietana 1% (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), zielona pietruszka 0,8% sól, pieprz

#### Placuszki z jagodami leśnymi (cukier puder osobno) 260 kcal

Składniki: mąka **pszenna** 44%, jogurt naturalny (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych, Lactobacillus acidophilus, Bifidobacterium lactis) 29%, jagody 18%, **jaja** 6%, cukier wanilinowy 2%, proszek do pieczenia 1%

Owoc banan 105 kcal

### CZWARTEK 23/ 09/ 21r.

#### Zupa rosół wegetariański z makaronem, warzywami i ziel. pietr. 235 kcal

Składniki: wywar warzywny 91,2% (woda, march, por, **seler**, korzeń pietr, ziele angielskie, liść laurowy), makaron **pszenny** 8% (mąka makaronowa **pszenna**) zielona pietr 0,8% sól, pieprz

#### Kotlecik warzywny z ziemniakami puree, surówka z buraczków 265 kcal,

Składniki: kalafior 37%, ziemniaki 17%, brokuły 14%, marchew 12%, buraki 11%, **jaja** 5%, bułka tarta 3% (**pszenna**), pietruszka 1%, sól, pieprz

Owoc gruszka 60 kcal

### PIĄTEK 24/ 09/ 21r.

#### Zupa z czerwonej soczewicy 240 kcal

Składniki: wywar warzywny 67% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz), czerwona soczewica 15%, marchew 7%, ziemniaki 5,2%, przecier pomidorowy 3% (zaw. ekstraktu nie mniej niż 32%), czosnek 2% , pietruszka 0,8%, sól, pieprz

#### Paluszki rybne z fileta z mintaja ziemniakami puree z ziel. koperkiem, marchewka duszona z groszkiem 250 kcal

Składniki: filet z mintaja 55%, ziemniaki 16%, marchew got. 14%, groszek konserwowy 6%, bułka tarta 3% (mąka **pszenna** 78%, woda, drożdże, sól), masło 2% (**śmietanka** pasteryzowana, zaw. tłuszczu mlecznego 82%), **jaja** 2%, mąka **pszenna** 1%, sok z cytryny 0,2%, koperek 0,8%, sól, pieprz

#### Chrupki kukurydziane o smaku bananowym Sante 130 kcal (porcja)

grys kukurydziany (53%), olej palmowy, krem o smaku bananowym (16%) [cukier, olej rzepakowy, tłuszcze roślinne (palmowy, częściowo utwardzony palmowy), kakao w proszku o obniżonej zawartości tłuszczu (6% w kremie), błonnik kakaowy, mąka **sojowa**, emulgator: lecytyny (z **soi**); aromaty], cukier, czekolada (1%) {cukier, miazga kakaowa, tłuszcz kakaowy, tłuszcze roślinne [palmowy, z masłosza Parka (shea)], emulgatory: lecytyny (z **soi**), E476; sól,

#### UWAGI:

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu.

Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla przedszkolnej grupy wiekowej:

zupy do 250 ml/ os, Danie główne (skrobia od 80 do 120 gr/ os, mięso/ ryba od 50 do 80 gr/ os, surówka

Od 80 do 110gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 100-200 gr/ os, sosy do 10 gr/ os, deser 20 gr do 200 gr/ os

Alergeny znajdują się w składnikach dań **wytłuszczonym** drukiem

### PONIEDZIAŁEK 27/ 09/ 21r.

#### Zupa pomidorowa z ryżem, warzywami i ziel. pietr. 200 kcal

Składniki: wywar warzywny 74% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), ryż 6,6%  
Marchew 5%, koncentrat pomidorowy 5% (zaw. ekstraktu nie mniej niż 32%), śmietana 4,5% (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), zielona pietruszka 0,8%, sól, pieprz

#### Kopytka na tłuszczu roślinnym z tartą bułką, surówka colesław 265 kcal

Składniki: ziemniaki 43%, mąka **pszenna** 28%, biała kapusta 10%, marchew 7%, wywar 4%, bułka tarta 2,5% (mąka **pszenna** 78%, woda, drożdże, sól), majonez 2% (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, **żółtka jaj** kurzych (7,0%) **jaja** 2%, sok z cytryny 0,5%, sól

Owoc jabłko 80 kcal

### WTOREK 28/ 09/ 21r.

#### Zupa szczawiowa z jajkiem ziemniakami, warzywami i ziel. pietr 250 kcal

Składniki: wywar warzywny 74% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), szczaw 16,2%, ziemniaki 7%, **jaja** 4%, śmietana 3% (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), mąka **pszenna** 1%, zielona pietruszka 0,8%, sól, pieprz

#### Gołąbki z czerwonej soczewicy z pieczarkami cebulą i warzywami w sosie pomid z ziemniakami puree 245 kcal

Składniki: soczewica czerwona 35%, ziemniaki 28%, pieczarki 18%, wywar 8% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz) przecier pomidorowy 6,5% (zaw. ekstraktu nie mniej niż 32%), mąka **pszenna** 4,5%, masło (śmietanka pasteryzowana (z **mleka**), zaw. tłuszczu mlecznego 82%), sól, pieprz

Owoc arbuz 45 kcal

### ŚRODA 29/ 09/ 21r.

#### Zupa krupnik z ziemniakami, warzywami i ziel. pietr 250 kcal

Składniki: wywar warzywny 66% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), kasza jęczmienna 15% (może zawierać gluten- z **pszenicy**), ziemniaki 10,2%, marchew 6%, korzeń **selera** 2%, zielona pietruszka 0,8%, sól, pieprz.

#### Naleśnik z twarogiem (sos jogurtowy osobno), 275 kcal

Składniki: naleśnik 69% (mąka **pszenna**, **mleko**, **jaja**, sól), twaróg półtusty 18% (**mleko** pasteryzowane, kultury bakterii) , jogurt naturalny 7% (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych, Lactobacillus acidophilus , Bifidobacterium lactis), cukier waniliowy 4%, olej rzepakowy 2%

Owoc banan 105 kcal

### CZWARTEK 30/ 09/ 21r.

#### Zupa ogórkowa z warzywami, ziemniakami i ziel. pietr 235 kcal

Składniki: wywar warzywny 68% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), ogórki kiszzone 17%, ziemniaki 7%, marchew 4,2%, śmietana 2% (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej) mąka **pszenna** 1%, zielona pietruszka 0,8%, sól, pieprz.

#### Potrawka z cieciorką, cukinią, fasolą czerwoną i pomidorami pelatti, surówka z buraczków 265 kcal

Składniki: ryż brązowy 31%, ciecierzycy 14%, cukinia 13%, buraki 10%, fasola czerwona 9%, pomidory pelatti 7%, papryka czerwona 5%, wywar warzywny 4,2% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), kukurydza 3%, śmietana 2% (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), mąka **pszenna** 2%, cukier 1,5%, sok z cytryny 0,5%, zielona pietruszka 0,8%, sól, pieprz

Owoc gruszka 60 kcal

### PIĄTEK 01/ 10/ 21r.

#### Zupa barszcz zabielały z warzywami, ziemniakami i ziel. pietr. 235 kcal

Składniki wywar warzywny 68% (woda, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy) buraki 16%, ziemniaki 5%, korzeń pietruszki 3%, śmietana 1,5% (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), pietruszka 0,5%, pieprz, sól

#### Nugettsy z dorsza z ziemniakami puree i ziel. koper. surówka z selera z rodzynkami 265 kcal

Składniki: filet z dorsza 56%, ziemniaki 16%, **seler** 14%, bułka tarta 4% (mąka **pszenna**, sól), **jaja** 3%, masło 2,5% (**śmietanka** pasteryzowana, zaw. Tłuszcz mlecznego 82%) mąka **pszenna** 2%, zielona pietruszka 2%, sok z cytryny 0,5%, rodzyнки, sól, pieprz

#### Ciasto czekoladowe z wiśnią 115 kcal (porcja)

Składniki: mąka **pszenna** 72%, **mleko** 7%, wiśnie 6%, kakao w proszku 5,5%, czekolada w proszku 4%, regulator kwasowości, **jaja** 3,5%, olej rzepakowy 2%

#### UWAGI:

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu.

Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla przedszkolnej grupy wiekowej:

zupy do 250 ml/ os, Danie główne (skrobia od 80 do 120 gr/ os, mięso/ ryba od 50 do 80 gr/ os, surówka

Od 80 do 110gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 100-200 gr/ os, sosy do 10 gr/ os, deser 20 gr do 200 gr/ os

Allergeny znajdują się w składnikach dań **wytłuszczonym** drukiem