



Zupa + II danie + owoc

Zupa + II danie + owoc

<p>02.03.2026 Poniedziałek</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml, 186kcal Kotlet mielony wieprzowy, duszony w sosie pieczarkowym 100g Kasza pęczak, gotowana 200g Surówka z czerwonej kapusty i marchwi 100g 494kcal Woda 200 ml Jabłko 1szt 85kcal Alergeny: 1,3,7,9,10; białko [g]:33,68 tłuszcze [g]:28,56 węglowodany [g]:99,46</p>	<p>09.03.2026 Poniedziałek</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem pszennym 300ml, 265kcal Gulasz wieprzowy z marchewką i pieczarką 100g Kasza pęczak, gotowana 200g Buraczki, tarte 100g Woda 200 ml 360kcal Gruszka 1szt 70kcal Alergeny:1,7,9; białko [g]:27,12 tłuszcze [g]:7,48 węglowodany [g]:136,82</p>
<p>03.03.2026 Wtorek</p>	<p>Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami 300ml. 368kcal Filet drobiowy panierowany 100g Ziemniaki z wody 200g Surówka colesław 100g 459kcal Woda 200ml Banan 1szt 116kcal Alergeny:1,3,7,9; białko [g]: 54,43 tłuszcze [g]:39,32 węglowodany [g]:105,63</p>	<p>10.03.2026 Wtorek</p>	<p>Zupa marchewkowa z kluseczkami 300ml, 161kcal Rolada tęczowa z papryką w sosie pieczeniowym 100g Ziemniaki puree 200g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 100g Woda 200 ml 617kcal Pomarańcza 1szt, 136kcal Alergeny:1,3,7,9; białko [g]:24,22 tłuszcze [g]:51,59 węglowodany [g]:95,42</p>
<p>04.03.2026 Środa</p>	<p>Zupa żurek z białą kiełbasą 300ml, 324kcal Naleśniki z serem twarogowym i sosem jogurtowo- owocowym 300g 462kcal Woda 200ml Gruszka 1szt 70kcal Alergeny:1,3,7,9; białko [g]: 36,83 tłuszcze [g]:40,91 węglowodany [g]:90,83</p>	<p>11.03.2026 Środa</p>	<p>Zupa gulaszowa z warzywami 300ml, 272kcal Makaron boloński z tartym serem 300g 466kcal Woda 200ml Mandarynka 1szt, 31kcal Alergeny:1,3,7,9; białko [g]: 46,19 tłuszcze [g]:25,56 węglowodany [g]:94,36</p>
<p>05.03.2026 Czwartek</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml, 253kcal Pilaw drobiowy z rodzynkami 100g Ryż biały, gotowany 200g Surówka z marchewki i jabłka 100g 475kcal Woda 200ml Mandarynka 1szt, 31kcal Alergeny:1,7,9; białko [g]:26,61 tłuszcze [g]:23,77 węglowodany [g]:114,56</p>	<p>12.03.2026 Czwartek</p>	<p>Zupa barszcz czerwony z makaronem pszennym 300ml, 258kcal Udko z kurczaka, pieczone 100g Ziemniaki z wody 200g Surówka z białej kapusty 100g 370kcal Woda 200ml Jabłko 1szt 85kcal Alergeny:1,7,9; białko [g]:31,59 tłuszcze [g]:14,24 węglowodany [g]:123,63</p>
<p>06.03.2026 Piątek</p>	<p>Zupa rosół z makaronem pszennym 300ml, 229kcal Klopsiki rybne w sosie pomidorowym 100g Ziemniaki z wody 200g Surówka z kiszanej kapusty z marchewką 100g 340kcal Woda 200ml Pomarańcza 1szt, 136kcal Alergeny:1,3,4,7,9; białko [g]:25,28 tłuszcze [g] 10,09 węglowodany [g]:135,59</p>	<p>13.03.2026 Piątek</p>	<p>Zupa z fasolki szparagowej 300ml, 230kcal Leczo z warzywami 100g Ryż biały, gotowany 200g Surówka z marchewki 100g 407kcal Woda 200ml Banan 1szt. 116kcal Alergeny:1,7,9; białko [g]:22,56 tłuszcze [g]:22,32 węglowodany [g]:123,29</p>