



## Zupa + II danie

## Zupa + II danie

<b>13.04.2026</b> <b>Poniedziałek</b>	Zupa krem z papryki 300ml, 138kcal Kotleczki z soi w sosie pieczarkowym 100g Kasza pęczak, gotowana 200g Surówka z czerwonej kapusty z marchewką 100g 701kcal Woda 200 ml <b>Alergeny:1,3,7,9; białko [g]:61,22 tłuszcze [g]:20,07 węglowodany [g]:107,56</b>	<b>20.04.2026</b> <b>Poniedziałek</b>	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml. 132kcal Zapiekanka makaronowa z warzywami i tartym serem 300g 333kcal Woda 200ml <b>Alergeny:1,7,9; białko [g]:17,82 tłuszcze [g]:24,97 węglowodany [g]:57,46</b>
<b>14.04.2026</b> <b>Wtorek</b>	Zupa kalafiorowa z makaronem pszennym 300ml, 240kcal Placuszki z cukinii 100g Ziemniaki z wody 200g Surówka colesław 100g 275kcal Woda 200ml <b>Alergeny:1,3,7,9; białko [g]:18,81 tłuszcze [g]:9,71 węglowodany [g]:93,85</b>	<b>21.04.2026</b> <b>Wtorek</b>	Zupa kapuśniak z białej kapusty 300 ml, 202kcal Szaszłyki warzywne 100g Ziemniaki, gotowane 200g Buraczki, tarte 100g Woda 200ml <b>Alergeny:1,7,9; białko [g]:28,70 tłuszcze [g]:35,21 węglowodany [g]:54,90</b>
<b>15.04.2026</b> <b>Środa</b>	Zupa koperkowa z kluseczkami 300ml, 144kcal Naleśniki z serem twarogowym i sosem jogurtowo- owocowym 300g 462kcal Woda 200ml <b>Alergeny:1,3,7,9; białko [g]:26,51 tłuszcze [g]:23,57 węglowodany [g]:77,15</b>	<b>22.04.2026</b> <b>Środa</b>	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml, 136kcal Makaron z sosem szpinakowym, pomidorami i tartym serem 300g 543kcal Woda 200ml <b>Alergeny:1,7,9; białko [g]:40,63 tłuszcze [g]:18,07 węglowodany [g]:97,00</b>
<b>16.04.2026</b> <b>Czwartek</b>	Zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolką szparagową 300ml, 269kcal Gołąbki z soczewicy w sosie pomidorowym 100g Ziemniaki z wody 200g Surówka z białej kapusty 100g 326kcal Woda 200ml <b>Alergeny:1,7,9; białko [g]:30,55 tłuszcze [g]:14,52 węglowodany [g]:112,52</b>	<b>23.04.2026</b> <b>Czwartek</b>	Zupa barszcz ukraiński z warzywami 300ml, 256kcal Pilaw warzywny 100g Ryż biały, gotowany 200g Surówka z białej kapusty i marchwi 100g 4850kcal Woda 200ml <b>Alergeny:1,7,9; białko [g]:23,42 tłuszcze [g]:20,05 węglowodany [g]:118,80</b>
<b>17.04.2026</b> <b>Piątek</b>	Zupa pomidorowa z ryżem białym 300ml, 270kcal Kotleczki z kaszy jaglanej w sosie pomidorowym 100g Ziemniaki z wody 200g Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką 100g 449kcal Woda 200ml <b>Alergeny:1,3,7,9; białko [g]:21,59 tłuszcze [g]:16,10 węglowodany [g]:124,92</b>	<b>24.04.2026</b> <b>Piątek</b>	Zupa rosół z makaronem wegetariański 300ml, 289kcal Gulasz warzywny z ananasem 100g Ziemniaki, gotowane 200g Surówka z marchewki 100g 300kcal Woda 200ml <b>Alergeny:1,3,7,9; białko [g]:23,08 tłuszcze [g]:11,46 węglowodany [g]:114,71</b>

**Wykaz alergenów występujących w potrawach:** 1 – zboża zawierające gluten; 2 – skorupiaki i produkty pochodne; 3 – jaja i produkty pochodne; 4 – ryby i produkty pochodne; 5 – orzeszki ziemne i produkty pochodne; 6 – soja i produkty pochodne; 7 – mleko i produkty pochodne; 8 – orzechy; 9 – seler i produkty pochodne; 10 – gorczyca i produkty pochodne; 11- sezam i produkty pochodne; 12 – dwutlenek siarki i siarczyny; 13 – łubin i produkty pochodne; 14 – mięczaki i produkty pochodne