PONIEDZIAŁEK

OBIAD:

|  |  |
| --- | --- |
| ZUPA: 141 kcal | |
| Zupa pieczarkowa na wywarze jarzynowym zabielana z makaronem łazanki (250ml)  **/seler, mleko, gluten, jaja/** | Składniki:  Woda (200ml)  Pieczarki (30g - 15%)  Makaron łazanki Lubella (skład: mąka makaronowa **pszenna**, produkt może zawierać **jaja**) (30g)  Włoszczyzna: **seler,** marchew, pietruszka (30g w zmiennych proporcjach)  Śmietana12%Krasnystaw (skład: **śmietana**, kultury bakterii) (15ml)  Mieszanka przypraw: sól sodowo-potasowa, pieprz czarny (5g w zmiennych proporcjach) |
| II DANIE: 402 kcal | |
| Gulasz wieprzowy (90g) **/gluten/** | Składniki:  Mięso wieprzowe (65g)  Przecier pomidorowy Pudliszki (zawartość ekstraktu 32%) (10g)  Mieszanka warzyw: cebula, marchew (10g w zmiennych proporcjach)  Mąka **pszenna** (5g)  Mieszanka przypraw: sól sodowo-potasowa, pieprz czarny (5g w zmiennych proporcjach |
| Kasza gryczana (80g) |  |
| Kompot z owocami (200ml) | Składniki:  Woda (200ml); mieszanka kompotowa: truskawka, czarna porzeczka, śliwka, aronia (35g w zmiennych proporcjach) |
| RAZEM KALORIE: 543 kcal | |