

Menu 15-19 września 2025 <i>sprawdzaj menu online na stronie goracyposilekbielsko.pl</i>			
poniedziałek	zupa	II danie	napój II danie
posiłek	Zupa grochowa na wywarze warzywnym (3, 9, 190 kcal)	Ryż biały z sosem owocowym i twarogiem półtłustym (1, 3, 310 kcal)	Domowa woda smakowa (5 kcal)
wtorek		II danie	napój II danie
posiłek	Zupa koperkowa na wywarze jarzynowym (1, 3, 9, 170 kcal)	Pierś z kurczaka w sosie porowo-warzywnym z makaronem pszennym (1, 3, 9, 540 kcal)	Kompot (5 kcal)
środa		II danie	napój II danie
posiłek	Zupa szpinakowa zabieleną mlekiem (1, 3, 9, 160 kcal)	Filet z piersi kurczaka pieczony z ziemniakami gotowanymi i surówką (1, 3, 9, 560 kcal)	Domowa woda smakowa (5 kcal)
czwartek		II danie	napój II danie
posiłek	Zupa pomidorowo-dyniowa na wywarze warzywnym (9, 150 kcal)	Gulasz warzywny z kaszą pęczak (3, 9, 520 kcal)	Kompot (5 kcal)
piątek		II danie	napój II danie
posiłek	Zupa kalafiorowa na wywarze jarzynowym (1, 3, 9, 160 kcal)	Filet z dorsza pieczony z ziemniakami gotowanymi i surówką (1, 3, 4, 9, 570 kcal)	Kompot (5 kcal)



Opracowano przez dietetyka: Anna Wieja, dietetyk kliniczny

Minimalne gramatury składników poszczególnych posiłków obiadowych kształtują się następująco:

1) : 300 g

2) II danie: min 260 g + min 100g surówki/warzywa, a w przypadku dania

wieloskładnikowego: - ziemniaki/kasza/makaron: min. 150g - mięso/ryba: min. 75g - surówka/warzywo: min. 100g

Napoje

(kompot): jednorazowo nie mniej niż 150-200 ml na jedno dziecko.

Legenda alergenów: 1 - Mleko, 2 - Jaja, 3 - Gluten, 4 - Ryby, 5 - Orzechy, 6 - Soja, 7 - Skorupiaki, 8 - Orzeszki ziemne, 9 - Seler, 10 - Gorczyca, 11 - Sezam

Informacje dotyczące alergenów w składnikach poszczególnych dań są dostępne na żądanie.