

Wtorek:

śniadanie: płatki orkiszowe na mleku, kanapki z chleba wiejskiego z pasztetem pieczonym, pomidorki (mleko 150ml, płatki 12g, chleb 45-60g, pasztet pieczony 30g, pomidor 20g masło 10g)

zawiera alergen: 1, 2

obiad: zupa wielowarzywna (wywar rosółowy 200ml, kalafior 30g, fasolka szparagowa 30g marchew 20g, pietruszka 20g, seler 10g, śmietana 30% , koperek

zawiera alergen: 2, 6

szynka wieprzowa w sosie cebulkowo-paprykowym z marchewką, kasza gryczana mieszana, sałatka z ogórków kiszonych (mięso z szynki wp 40g, papryka 20g, cebula 20g, marchewka 10g, kasza gryczana mieszana 60g, ogórek kiszony 40g, natka pietruszki 5g , olej rzepakowy) woda mineralna niskosodowa 200ml

zawiera alergen: 1

podwieczerek: sok owocowy 100ml, babka piaskowa 40g

zawiera alergen: 1

Środa:

śniadanie: jajko w sosie jogurtowo-majonezowym (jajko 1/2 szt jogurt 20g, majonez 10g, szczypior 5g, koper 5g) bułka graham 45g, ogórek 10g, masło 10g, kakao na mleku (mleko 200 ml)

zawiera alergen: 1, 2, 3

obiad: zupa Bawarska na mięsie drobiowym, pomidorów z dodatkiem kabanosa (wywar 200ml, pomidory 60g, kabanos 20g)

zawiera alergen: 6

makaron penne, sos myśliwski, surówka z buraczków z papryką i cebulką (makaron 100g sos 40g, buraki 40g, papryka 20g, cebula 10g) kompot 200ml

zawiera alergen: 1

podwieczerek: banan

zawiera alergen: nie zawiera

Czwartek:

śniadanie: twarożek wiejski na kajzerce, mleko, marchewki, lub kanapka z sałatą z tuńczyka zielonego ogórka i rzodkiewki (ser biały 30g, rzodkiewka 20g, kalarepa 10g, szczypior, kajzerka 45g, tuńczyk 30g, ogórek 20g rzodkiewka 10g mleko 200ml)

zawiera alergen: 1, 2, 4

obiad: zupa rosół z mięsa mieszanego z kluseczkami, warzywami i lubczykiem (rosół 250ml, kluseczki 30g, marchew 20g, pietruszka 20g, seler 20g, lubczyk 10g, natka 10g,

zawiera alergen: 1, 6

kurczak z pieca, ziemniaki pure z koperkiem, surówka z czerwonej kapusty z jabłkami (kurczak 100-120g, ziemniaki 150g, czerwona kapusta 40g, jabłko 10g, olej rzepakowy woda mineralna niskosodowa 200ml

zawiera alergen: 1, 2

RESTAURACJA&CATERING „SMAKI ŚWIATA”

UL. IWASZKIEWICZA 38 A

55-200 OŁAWA

MOBILE:694-948-901

MOBILE:662-415-727

e-mail:kontakt@smakiswiata.olawa.pl

www.smakiswiata.olawa.pl

podwieczorek: jogurt owocowy 125g

zawiera alergeny: 2

Piątek:

**śniadanie: płatki mieszane na mleku, chleb orkiszowy, masło pietruszkowe, polędwica sopocka
papryka, pomidor(mleko 200ml, płatki 15g, chleb orkiszowy 45g, polędwica sopocka 20g
papryka 10g, pomidor 10g, masło 10g)**

zawiera alergeny: 1, 2

**obiad: zupa ogórkowa z warzywami i ziemniakami na indyku (wywar 200ml, ogórek 60g
marchewka 30g, ziemniaki 30g, seler 10g, natka, koper, śmietana 18%)**

zawiera alergeny: 2, 6

**klopsiki z dorsza, pure z ziemniaków i marchewki, surówka z kapusty pekińskiej, ogórka
kalarepy, kukurydzy z dresingiem jogurtowo-ziołowym (dorsz 60g, jajko, bułka tarta, cebula
szczypiorek, ziemniaki 100g, marchewka 20g, kapusta pekińska 40g, ogórek 20g, kalarepa
10g, kukurydza 5g, jogurt 40g, koperek, woda mineralna niskosodowa 200ml**

zawiera alergeny: 1, 2, 3, 4

podwieczorek: mleko czekoladowe, chałka z dżemem (mleko 100 ml, chałka 40g, dżem 10g)

zawiera alergeny: 1, 2