MISTERIUM
RESTAURACJA & PIZZERIA

Data: 12.01-16.01				
Poniedziałek	***kcal***	***białko***	***tłuszcze***	***Węglowodany***
Zupa jarzynowa z ziemniakami – (wywar warzywny (seler) - kalafior, brukselka, brokuł, groszek, por, marchewka, pietruszka, ziemniaki, śmietana, natka pietruszki, przyprawy) **Makaron z jabłkami -** (makaron świderki, jabłka prażone, cynamon, masło) Alergeny: **gluten, jaja, seler, orzechy, mleko, soja, gorczyca, tłuszcze**	780	18,09	21,02	138,5
Wtorek	***kcal***	***białko***	***tłuszcze***	***Węglowodany***
Zupa ogórkowa z ryżem – (wywar warzywny (seler), ogórki kiszone, por, marchewka, pietruszka, ryż, koperek, śmietana, przyprawy) **Roladki drobiowe panierowane nadziewane duszonymi warzywami, ziemniaki, marchewka z jabłkiem –** (file drobiowy, jaja, bułka tarta, olej, marchewka, pietruszka, cukinia, seler, ziemniaki, marchew, jabłko, sok z pomarańczy, przyprawy) Alergeny: **gluten, jaja, orzechy, seler, mleko, gorczyca, soja, tłuszcze**	870	37,05	39,47	108,45
Środa	***kcal***	***białko***	***tłuszcze***	***Węglowodany***
Barszcz ukraiński z ziemniakami - (wywar warzywny (seler), buraki, pietruszka, marchew, por, fasola czerwona, ziemniaki, natka pietruszki, śmietana, przyprawy) **Leniwe z cukrem –** (twaróg, mąka pszenna, jaja, ziemniaki, masło, cukier, przyprawy) Alergeny: **gluten, jaja, seler, orzechy, mleko, soja, gorczyca, tłuszcze**	781	27,6	22,6	117,2
Czwartek	***kcal***	***białko***	***tłuszcze***	***Węglowodany***
Zupa pieczarkowa z makaronem - (wywar warzywny (seler), pieczarki, por, marchewka, pietruszka, makaron pszenny, natka pietruszki, śmietana, przyprawy) **Gulasz wieprzowy, kluski śląskie, ogórek konserwowy** (szynka wieprzowa, wywar mięsny, mąka pszenna, śmietana, natka pietruszki, mąka pszenna, ziemniaki, skrobia ziemniaczana, olej. ogórek konserwowy, przyprawy) Alergeny: **gluten, jaja, seler, orzechy, mleko, soja, gorczyca, tłuszcze**	794	30,03	41,82	98,30
Piątek	***kcal***	***białko***	***tłuszcze***	***Węglowodany***
Krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym – (wywar warzywny (seler) - dyni, marchewka, pietruszka, groszek ptysiowy, przyprawy) **Filet z mintaja panierowany, ziemniaki, surówka z kapusty kiszonej** (mintaj, jajka, bułka tarta, olej, ziemniaki, masło, koperek, kapusta kiszona, marchew, jabłko, por, przyprawy) Alergeny: **gluten, jaja, seler, orzechy, mleko, gorczyca, soja, tłuszcze, ryby**	796	39,7	29,6	101