

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	ALERGENY/ KALORYCZNOŚĆ
PONIEDZIAŁEK (13.05)	Musli (30g) z mlekiem (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g), szynkową (20g), ogórkiem śwież.(20g), pomidorem (20g), herbata z cytryną i miodem 200 ml: napar z herbaty, cytryna (3g), miód (5g)	Truskawki (80g)	Zupa z fasolką szparagową: Włoszczyzna (70g), mięso drobiowe/wołowe (20g), fasolka szparagowa (45g), ziemniaki (50g), natka/koper (2g), przyprawy ryż, potrawka z kurczaka, mix sałat z warzywami z sosem jogurtowym: ryż (50g), kurczak (100g), olej (5g), mąka (5g), sałaty (60g), rzodkiewka (20g), kukurydza (20g), szczypiorek (20g), jogurt (20g), przyprawy kompot z owoców mieszanych (200ml)	Kolorowe kanapeczki: pieczywo mieszane (35g), masło (5g), ser żółty (30g), papryka (10g), ogórek kiszony (10g), kawa zbożowa 200 ml: mleko (200ml), kawa zbożowa (5g); jabłko (80g)	1,3,7,9,11 ~ 1048 kcal
WTOREK (14.05)	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), baleronom (20g), rzodkiewką (10g), ogórkiem kiszonym (20g), kawa zbożowa(200ml): mleko (200ml), kawa zbożowa (5g), cukier/miód (5g)	Gruszka (80g)	Zupa zacierkowa: włoszczyzna (85g), mięso drobiowe/wołowe (20g), zacierki (30g), przyprawy ziemniaki z koperkiem, kotlet mielony, surówka z selera z rodzynkami: ziemniaki (100g), koperek, mięso wieprzowe (80g), jajko (5g), cebula (5g), bułka tarta (3g), olej (10g), seler (70g), jabłko (30g), rodzynki (10g),przyprawy kompot z wiśni (200 ml)	Bułka (30g) z masłem (5g), serek homogenizowany (150g), herbata owocowa (200 ml)	1,3,7,9 ~ 1057 kcal
ŚRODA (15.05)	Płatki owsiane (30g) na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem	Arbuz (80g)	Biały barszcz: włoszczyzna (80g), mięso drobiowe/wołowe (20g),	Bułeczka maślana (60g), kakao (200ml): mleko (200ml), kakao (5g);	1,3,7,9 ~ 1036 kcal

	(5g), pastą jajeczną ze szczypiorkiem: jajko (50g), szczypiorek (10g), majonez (10g), herbata z cytryną i miodem (200ml): napar z herbaty, cytryna (3g), miód (5g)		ziemniaki (60g), śmietana (10g), natka/koper (2g), przyprawy mix kasz z soczewicą, połudwiczka wieprzowa, surówka z czerwonej kapusty: mix kasz (50g), połędwiczka wieprzowa (80g), cebula (20g), olej (10g), mąka (2g), kapusta (70g), jabłko(30g), przyprawy kompot z owoców mieszanych (200ml)		
CZWARTEK (16.05)	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), Szynek z liściem (20g), pomidorem (20g), papryką (20g), kakao (200ml): mleko (200ml), kakao (5g), cukier/miód (5g)	Jabłko (80g)	Zupa krem z białych warzyw z ptysiowym: włoszczyzna (70g), mięso drobiowe/wołowe (20g), seler (50g), ziemniaki (40g), kalafior (40g), pietruszka (20g), groszek ptysiowy (30g), śmietana (10g), przyprawy ziemniaki z koperkiem, filet z indyka, mizeria: ziemniaki (100g), koperek, filet z indyka (80g), bułka tarta (5g), olej (10g), ogórek świeży (100g), jogurt (10g), przyprawy kompot z truskawek (200ml)	Buka (30g) z masłem (5g), serkiem śmietankowym (35g), rzodkiewką (10g), kawa zbożowa (200ml): mleko (200ml), kawa zbożowa (5g); Banan (80g)	1,3,7,9 ~ 1052 kcal

PIĄTEK (17.05)	Płatki orkiszowe (30g) na mleku (200ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g), serem żółtym (30g), ogórkiem świeżym (25g), herbata z cytryną i miodem (200ml): napar z herbaty, cytryna (3g), miód (5g)	Arbuz (80g)	Zupa ogórkowa z ryżem: włoszczyzna (70g), mięso drobiowe/wołowe (20g), ogórek kiszony (50g), ryż (40g), śmietana (10g), natka/koper (2g), przyprawy ziemniaki z koperkiem, filet z mintaja, pomidor ze szczypiorkiem: ziemniaki (100g), koperek, ryba (90g), bułka tarta (5g), olej (10g), jajko (3g), pomidor (100g), szczypiorek (20g), przyprawy kompot z owoców mieszanych (200 ml)	Babka z kaszy manny z musem truskawkowym: kasza manna (40g), mleko (100 ml), truskawki (60g), herbata owocowa 200 ml	1,3,4,7,9
---------------------------	--	-------------	--	--	-----------

Alergeny:

- 1 - zboża zawierające gluten,
- 3 - jaja
- 4 - ryby,
- 6 – soja,
- 7 – mleko i produkty mleczne,
- 9 – seler,
- 10 – gorczyca,
- 11 – sezam,