

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	ALERGENY/ KALORYCZNOŚĆ
PONIEDZIAŁEK (09.03)	Płatki kukurydziane (30g) z masłem (5g), pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g), szynką z liściem (25g), pomidorem (15g), ogórkiem świeżym (15g); Herbata z cytryną i miodem (150 ml)	Jabłko (80g)	Biały barszcz: Włoszczyzna (80g), mięso drobiowe/wołowe (30g), ziemniaki (50g), natka/koper (3g), śmietana (5g), przyprawy ryż, potrawka z kurczaka, sałata z warzywami z sosem jogurtowym: ryż (50g), kurczak (100g), olej (5g), sałata (50g), kukurydza (25g), rzodkiewka (20g), szczypiorek (5g), jogurt (6g), przyprawy kompot z owoców mieszanych (150ml)	Bułka (30g) z masłem (5g), serek homogenizowany (150g), herbata owocowa (150 ml)	1,3,7,9, ~ 1018 kcal
WTOREK (10.03)	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), Kurczakiem gotowanym (20g), papryką (15g), ogórkiem świeżym (10g), Kawa zbożowa (150 ml)	Pomarańcz (80g)	Zupa jarzynowa z kaszą pęczak: włoszczyzna (80g), mięso drobiowe/wołowe (20g), bukiet warzyw (60g), kasza pęczak (30g), śmietana (10g), natka/koper (3g), przyprawy ziemniaki z koperkiem, kapusta faszerowana mięsem ziemniaki (100g), kapusta włoska (60g), mięso wieprzowe (80g), cebula (5g), jajko (3g), przyprawy kompot z truskawek (150ml)	Makaron (50g) z serem (40g), jogurtem naturalnym (25g), truskawkami (60g), Napar owocowo - ziołowy (150ml)	1,3,7,9 ~1029 kcal
ŚRODA (11.03)	„Radosne dzieciaki lubią różne smaki” -bufet szwedzki dla dzieci z gr. V. Pieczywo mieszane	Gruszka (80g)	Zupa grochowa: Włoszczyzna (80g), mięso drobiowe/wołowe (20g), groch (30g), ziemniaki (50g),	Bułka (35g) z masłem (5g), dżemem (30g), Maślanka owocowa (150ml)	1,3,7,9 ~ 1024 kcal

	(50g) z masłem (5g), kiełbasą podsuszaną (25g), rzodkiewką (10g), papryką (10g) Kakao (150 ml)		natka/koper (2g), przyprawy Kartacze z mięsem, surówka z kapusty kiszonej, kompot z owoców mieszanych (150ml)		
CZWARTEK (12.03)	Płatki żytnie (30g) na mleku (5g), pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g), szynką (25g), pomidorem (15g), ogórkiem kiszonym (15g); Herbata z cytryną i miodem (150 ml)	Mandarynka	Barszcz czerwony z ziemniakami: Włoszczyzna (80g), mięso drobiowe/wołowe (20g), buraki (100g), ziemniaki (50g), natka/koper (2g), śmietana (10g), przyprawy Kasza kuskus, kurczak w sosie słodko - kwaśnym, surówka colesław kasza (50g), filet z kurczaka (80g), pomidory (40g), papryka (20g), cebula (10g), ananas (20g), olej (5g), kapusta (80g), marchew (20g), natka, przyprawy kompot z cz.porzeczki (150ml)	Bułka pełnoziarnista (35g) z masłem (5g), fasolka szparagowa gotowana (100g), napój cytrynowo – miodowy (150 ml)	1,3,7,9 ~1026 kcal
PIĄTEK (13.03)	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), szynką z indyka (20g), rzodkiewką (20g), ogórkiem świeżym (15g) Kawa zbożowa (150ml):	jabłko (80g)	Krupnik: Włoszczyzna (80g), mięso drobiowe/wołowe (50g), kasza jęczmienna (30g), natka (3g), przyprawy ziemniaki z koperkiem, paluszki rybne, ogórek kiszony: ziemniaki (100g), koperek, paluszki rybne (100g), olej (5g), ogórek kiszony (100g), przyprawy kompot z owoców mieszanych (150ml)	Bułka pełnoziarnista (35g) z masłem, (5g), serem żółtym (25g), pomidorem (15g), kakao (150 ml)	1,3,4,7,9 ~ 1030 kcal

