

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	ALERGENY/ KALORYCZNOŚĆ
PONIEDZIAŁEK (27.04)	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), szynką z beczki (20g), pomidorem (15g), ogórkiem kiszonym (15g), kawa zbożowa (150 ml)	Jabłko (80g)	Zupa fasolowa: Włoszczyzna (80g), mięso drobiowe/wołowe (30g), fasola (30g), ziemniaki (50g), natka/koper (3g), przyprawy Miks kasz, klops pieczony, surówka z kalarepki Miks kasz (50g), mięso wieprzowe (80g), cebula (5g), jajko, bułka tarta, kalarepka (70g), marchew (20g), jabłko (10g), przyprawy kompot z owoców mieszanych (150ml)	Bułeczka otrębowa (35g) z masłem (5g), serkiem śmietankowym (20g), rzodkiewką; kakao	1,3,7,9,11 ~ 1022 kcal
WTOREK (28.04)	Płatki owsiane (30g) z mlekiem (150ml), Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g), Kurczakiem gotowanym, papryką, ogórkiem świeżym, herbata z cytryną i miodem (150ml)	Sok „Cynamonowy Raj (150ml) (jabłko, cynamon, cytryna)	Zupa pomidorowa z makaronem: Włoszczyzna (80g), mięso drobiowe/wołowe (30g), makaron (40g), przecier pomid. (40g), śmietana (10g), natka/koper (2g), przyprawy Ziemniaki z koperkiem, kotlet jajeczny, surówka z kiszonej kapusty ziemniaki (100g), koperek, jajko (75g), bułka tarta, olej, szczypior (10g), kapusta kiszona (80g), marchew (20g), przyprawy Kompot z truskaw. (150ml)	Bułeczka pełnoziarnista (35g) z masłem (5g), pastą z ryby gotowanej (ryba, ser żółty, szczypior, majonez), herbata miętowa (150ml); banan	1,3,4,7,9,11 ~1035 kcal
ŚRODA (29.04)	Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g), polędwicą sopocką (25g), rzodkiewką (10g), pomidorem (15g),	Gruszka (80g)	Zupa szczawiowa z jajkiem: Włoszczyzna (80g), mięso drobiowe/wołowe (20g), szczaw (30g), ziemniaki (50g), natka/koper (2g),	Bułka (35g) z masłem (5g), parówka (50g), keczup, napój cytrynowo – miodowy (150 ml)	1,3,7,9 ~ 1026 kcal

	Kakao (150ml)		śmietana (10g), jajko, przyprawy Kasza orkiszowa, gulasz z indyka, mini marchew gotowana: Kasza orkiszowa (50g), udziec z indyka (80g), cebula, mini marchew (100g), przyprawy Kompot z owoców mieszanych (150 ml)		
CZWARTEK (30.04)	Pieczyno mieszane (50g) z masłem (5g), serem żółtym (25g), papryką (15g), ogórkiem świeżym (15g); Kawa zbożowa (150ml): mleko (150ml), kawa zbożowa (5g)	jablko (80g)	Zupa ogórkowa z ryżem: Włoszczyzna (80g), mięso drobiowe/wołowe (20g), ogórki (40g), ryż (30g), natka/koper (2g), śmietana (10g), przyprawy Ziemniaki z koperkiem, kotlet schabowy, kapusta gotowana z pomidorami ziemniaki (100g), koperk, schab środkowy (80 g), jajko (5g), bułka tarta (5g), olej (5g), kapusta (85 g), pomidory (15g), przyprawy kompot z cz.porzeczki (150ml)	Bułka (35g) z masłem (5g), dżemem (25g), maślanka owocowa (150 ml)	1,3,7,9 ~1034 kcal