

	<b>ŚNIADANIE</b>	<b>II ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>PODWIECZOREK</b>	<b>ALERGENY/ KALORYCZNOŚĆ</b>
<b>PONIEDZIAŁEK (04.05)</b>	Płatki gryczane (30 g) z mlekiem (150ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g), szynką gotowaną (20g), rzodkiewką (15g), papryką (15g), herbata z cytryną i miodem (150ml)	Jabłko (80g)	<b>Zarzutka z kiszonej kapusty:</b> Włoszczyzna (80g), mięso drobiowe/wołowe (30g), kapusta kiszona (40g), ziemniaki (50g), natka/koper (3g), przyprawy <b>Spaghetti z sosem warzywno – mięsnym:</b> makaron (50g), mięso wieprzowe (80g), cebula (10g), pomidory (50g), przecier pomid, olej, papryka (20g), przyprawy <b>kompot z owoców mieszanych (150ml)</b>	Zapiekanki hawajskie: chleb tostowy (50g), ser żółty (20g), ananas (15g), keczup (5g), bawarka (150 ml)	1,3,7,9, ~ 1023 kcal
<b>WTOREK (05.05)</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), szynkową (20g), pomidorem (15g), ogórkiem kiszonym (15g), ; Kawa zbożowa (150ml): mleko (150ml), kawa zbożowa (5g), miód (5g)	Pomarańcz (80g)	<b>Zupa krem z dyni z groszkiem ptysiowym:</b> Włoszczyzna (80g), mięso drobiowe/wołowe (30g), dynia (75g), groszek ptysiowy (15g), śmietana (3g), przyprawy <b>Ziemniaki z koperkiem, pieczone udko z kurczaka, surówka wielowarzywna:</b> ziemniaki (100g), koperek, udko z kurczaka (110g), kurczak (100 g), olej (5g), por (30g), marchew (30g), jabłko (20g), groszek (20g), przyprawy <b>kompot z owoców mieszanych (150ml)</b>	Racuszki z jabłkiem: mąka (50g), jajko (5g), jabłko (40g), kefir (20g), proszek do pieczenia, kawa zbożowa (150 ml)	1,3,7,9 ~ 1025 kcal
<b>ŚRODA (06.05)</b>	„Radosne dzieciaki lubią różne smaki” – bufet	Jabłko (80g)	<b>Zupa grochowa:</b> Włoszczyzna (80g), mięso	Kolorowe kanapeczki: Bułka (35g) z masłem (5g), sałatą,	1,3,7,9

	szwedzki dla dzieci z gr. V. Płatki orkiszowe (30g) z mlekiem (150ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g), szynką z liściem (20g), papryką (15g), rzodkiewką (10g), herbata z cytryną i miodem (150ml)		drobiowe/wołowe (20g), groch (30g), ziemniaki (50g), natka/koper (2g), przyprawy <b>Kartacze z mięsem, ogórek kiszony,</b> <b>kompot z owoców mieszanych (150ml)</b>	serem żółtym (20g), pomidorem, kawa zbożowa (150 ml)	~ 1029 kcal
<b>CZWARTEK (07.05)</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), twarożkiem ze szczypiorkiem (30g), kakao (150ml)	Gruszka (80g)	<b>Zupa jarzynowa:</b> włoszczyzna (75g), mięso drobiowe/wołowe (30g), ziemniaki (50g), bukiet warzyw (50g), śmietana (10g), przyprawy <b>kasza bulgur, kurczak w sosie curry, surówka z kapusty pekińskiej z anansem:</b> kasza bulgur (50g), filet z kurczaka (70g), cebula (5g), mąka (5g), mleko (30ml), śmietana (10 ml), papryka (15g), kapusta (70g), ananas (30g), przyprawy <b>kompot z truskawek (150ml)</b>	Grahamka (45g) z masłem (5g), kiełbasą podsuszaną, ogórkiem świeżym	1,3,7,9,11 ~1033 kcal
<b>PIĄTEK (08.05)</b>	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), baleronem odtłuszczonym (25g), papryką (15g), ogórkiem kiszonym (15g), ; Kawa zbożowa (150ml)	Jabłko (80g)	<b>Krupnik z kaszą pęczak:</b> Włoszczyzna (80g), mięso drobiowe/wołowe (30g), kasza pęczak (30g), natka (3g), przyprawy <b>ziemniaki z koperkiem, pieczone kuleczki rybne, surówka z buraków</b> ziemniaki (100g), koperek, ryba (90g), bułka tarta (5g), jajko (3g), olej (10g), buraki	Wafelek ryżowy (35g), koktajl jagodowy (150 ml)	1,3,4,7, 9 ~ 1021 kcal

			(80g), jabłko (20g), przyprawy <b>kompot z owoców mieszanych (150ml)</b>		
--	--	--	--	--	--