

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	ALERGENY/ KALORYCZNOŚĆ
PONIEDZIAŁEK (18.05)	Płatki jęczmienne (30g) na mleku (150ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g), Szynek gotowaną (20g), ogórkiem świeżym (15g), rzodkiewką (15g), herbata z cytryną i miodem (150 ml)	arbuz (80g)	Rosół z makaronem: Włoszczyzna (80g), mięso drobiowe/wołowe (50g), makaron (40g), natka (3g), przyprawy ziemniaki z koperkiem, kotlet z kurczaka, sałata z warzywami z sosem jogurtowym ziemniaki (100g), koperek, pierś z kurczaka (80g), bułka tarta, jajko, olej (5g), sałata (40g), kukurydza (25g), rzodkiewka (25g), szczypiorek (5g), jogurt (5g), przyprawy kompot z owoców mieszanych (150ml)	Bułka (30g) z masłem (5g), serek homogenizowany (150g), herbata owocowa (150 ml)	1,3,7,9 ~ 1036 kcal
WTOREK (19.05)	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), baleronem odłuszczone (25g), papryką (15g), kawa zbożowa (150 ml)	Jabłko (80g)	Zupa kalafiorowa: Włoszczyzna (80g), mięso drobiowe/wołowe (30g), ziemniaki (50g), natka/koper (3g), kalafior (50g), przyprawy, Kasza jaglana, szynka pieczona, surówka z buraków: Kasza jaglana (50g), wp.od szynki (90g), buraki (80g), jabłko (20g), przyprawy Kompot z czarnej porzeczki (150ml)	Bułka pełnoziarnista (35g) z masłem (5g), pastą z makreli: makrela wędzona (40g), szczypior (5g), majonez (10g), herbata miętowa (150ml); banan	1,3,4,7,9 ~ 1030 kcal
ŚRODA (20.05)	Płatki kukurydziane (30g) z masłem (150ml), pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g), pastą jajeczną ze szczypiorkiem, herbata z	Gruszka (80g)	Zupa fasolowa: Włoszczyzna (80g), mięso drobiowe/wołowe (30g), ziemniaki (50g), natka/koper (3g), fasola (30g), przyprawy ryż, potrawka z kurczaka,	Bułeczka maślana (45 g), kakao (150ml)	1,3,7,9 ~ 1020 kcal

	cytryną i miodem (150ml)		bukiet warzyw gotowanych: ryż (50g), kurczak (100g), bukiet warzyw (100g), przyprawy kompot z owoców mieszanych (150ml)		
CZWARTEK (21.05)	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), polędwicą sopocką (20g), pomidorem (20g), ogórkiem kiszonym (15g), kakao (150ml)	Arbuz (80g)	Zupa szczawiowa z jajkiem włoszczyzna (75g), mięso drobiowe/wołowe (30g), ziemniaki (50g), śmietana (5g), jajko (5g), przyprawy kasza gryczana, klops pieczony, surówka z czerwonej kapusty: kasza gryczana (50g), mięso wieprzowe (80g), cebula (5g), jajko (10g), kapusta czerwona (80g), jabłko (20g), przyprawy kompot z truskawek (150ml)	Bułka (35g) z masłem (5g), dżemem (30g), kawa zbożowa (150ml)	1,3,7,9 ~ 1027 kcal
PIĄTEK (22.05)	Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), serem żółtym (25g), papryką (20g), ogórkiem świeżym (15g) Kawa zbożowa (150ml)	Jabłko (80g)	Zupa pieczarkowa z makaronem: włoszczyzna (80g), mięso drobiowe/wołowe (50g), makaron (30g), pieczarki (40g), natka/koper (3g), śmietana (5g), przyprawy ziemniaki z koperkiem, pieczone kuleczki rybne, ogórek kiszony : ziemniaki (100g), koperek, paluszki rybne (100g), olej (10g), ogórek kiszony (100g), przyprawy kompot z owoców mieszanych (150 ml)	Babka z kaszy manny z musem truskawkowym: kasza manna (50g), mleko (100ml), truskawki (60g); Herbata owocowa	1,3,4,7,9 ~ 1019 kcal

Alergeny:

1 - zboża zawierające gluten,

3 - jaja

4 - ryby,

6 – soja,

7 – mleko i produkty mleczne,

9 – seler,

10 – gorczyca,

11 – sezam,