

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	ALERGENY
PONIEDZIAŁEK (19.10)	Pieczywo mieszane z masłem, Szynką gotowaną ogórkiem śwież., rzodkiewką, Kawa zbożowa	śliwki	Zarzutka z kiszonej kapusty na wywarze warzywno- mięsnym, Kasza kuskus, kolorowy kociołek: piersi kurczaka duszone w warzywach (pomidory, papryka, cukinia, fasolka szparagowa, cebula), kompot z czarnej porzeczki	Ryż pod pierzynką (z jabłkiem duszonym, jogurtem naturalnym), herbata owocowa	1,3,7,9
WTOREK (20.10)	Płatki gryczane z mlekiem, pieczywo mieszane z masłem, polędwicą sopocką, pomidorem, ogórkiem kiszonym, Herbata z cytryną i miodem	Marchewka do pochrupania	Zupa krem z białych warzyw na wywarze warzywnym z groszkiem ptysiowym, ziemniaki z koperkiem, kotlet jajeczny, surówka z czerwonej kapusty, woda z cytryną i miętą	Bułka pełnoziarnista z masłem, pastą z ryby gotowanej z ogórkiem kiszonym, herbata miętowa; banan	1,3,4,7,9
ŚRODA (21.10)	Płatki orkiszowe na mleku, pieczywo mieszane z masłem, pastą warzywną (bakłażan, cukinia, pomidory, cebula, czosnek) Herbata z cytryna i miodem	jabłko	Barszcz czerwony na wywarze warzywno – mięsnym z ziemniakami, kasza pęczak, indyk pieczony, bukiet warzyw gotowanych, kompot z truskawek	Grahamka z masłem, mozzarellą, pomidorem, papryką, kakao	1,3,7,9

CZWARTEK (22.10)	Pieczyno mieszane z masłem, Baleronem odtłuszczonym, ogórkiem śwież., rzodkiewką, kakao	Gruszka (80g)	Zupa pieczarkowa z makaronem na wywarze warzywnym, ziemniaki z koperkiem, kotlet mielony fasolowy, surówka z kiszanej kapusty, woda z cytryną i mięta	Bułka z masłem, dżemem, kawa zbożowa	1,3,7,9
PIĄTEK (23.10)	Płatki owsiane na mleku , pieczywo mieszane z masłem , twarogiem ze szczypiorami i rzodkiewką, herbata z cytryną i miodem	jabłko (80g)	Zupa ogórkowa z ryżem na wywarze warzywno – mięsny, ziemniaki z koperkiem, pieczone kuleczki rybne, surówka z selera z rodzynkami, kompot z owoców mieszanych	Ciastko zbożowe, koktajl malinowy	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,

