|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|   | Śniadanie | II śniadanie  | Obiad |
| *Poniedziałek* | Zupa mleczna na bazie mleka roślinnego 20g/200ml Pieczywo żytnio - pszenne 30g **(gluten pszenny, żytni)**, masło roślinne 5g**,** szynka 20g, pomidor 10g, ogórek zielony 10g,Herbata zwyczajna 200ml | Kisiel z truskawkami 120gmarchewkaTalerzyk: gruszka | Zupa krem z dyni na wywarze jarzynowym z dodatkiem mleka kokosowego, posypana pestkami dyni 200ml **(seler, gluten pszenny)**Sos bolognese z pomidorami pelati 150g Makaron z pszenicy durum 100g **(gluten pszenny)**Kompot z owoców mieszanych 200ml |
| *wtorek* | Zupa mleczna na bazie mleka roślinnego 20g/200ml Pieczywo żytnie i pszenne 30g**(gluten pszenny i żytni)**, masło roślinne 5g szynka z kurczaka 20g, pomidor 10g, czerwona papryka 10g Herbata malinowa 200ml | Kajzerka z masłem roślinnym i szynką 30g **(gluten pszenny)**śliwkaTalerzyk: jabłko | Kapuśniaczek z kapusty kiszonej z ziemniakami i natką pietruszki na wywarze jarzynowym 200ml Gulasz drobiowy z marchewką 150g **(gluten pszenny)**Kasza jęczmienna 100g **(gluten jęczmienny)**Surówka z kapusty białej z koperkiem i olejem rzepakowym z I tłoczenia 50gKompot z owoców mieszanych 200ml  |
| *Środa* | Zupa mleczna na bazie mleka roślinnego 20g/200ml Pieczywo żytnio - pszenne 30g **(gluten pszenny, żytni)**,masło roślinne 5gjajko gotowane 50g **(jaja),** pomidor 10g, sałata 5g, ogórek kiszony 10gHerbata zwyczajna 200ml | Deser ryżowy na mleku roślinnym z musem malinowym 120g GruszkaTalerzyk: marchewka | Lekka grochówka z ziemniakami i kiełbaską, z majerankiem 250mlRacuchy z jabłkami na mleku roślinnym 150g **(jaja)**Polewa owocowa 60mlSurówka z marchewki i selera z sokiem z cytryny i oliwa z oliwek 50gKompot z owoców mieszanych 200ml |
| *Czwartek* | Zupa mleczna na bazie mleka roślinnego 20g/200ml Pieczywo żytnie i pszenne 30g **(gluten pszenny, żytni)**,masło roślinne 5gszynka wieprzowa 20g, pomidor 10g, papryka 10gHerbata malinowa 200ml | Weka z masłem roślinnym, sałatą i szynką 30g **(, gluten pszenny)**bananTalerzyk: jabłko | Zupa jarzynowa z ziemniakami, na wywarze warzywnym(80g) ze świeżym koperkiem, zabielana mlekiem roślinnym 200ml **(seler)**Gołąbki z mięsem mielonym i ryżem bez zawijania 150g **(jaja)**Sos pomidorowy 60mlZiemniaki 100gKompot z owoców mieszanych 200ml  |
| *Piątek* | Zupa mleczna na bazie mleka roślinnego 20g/200ml Pieczywo wieloziarniste 30g **(gluten pszenny i żytni)**, masło roślinne 5g, pasztet z indyka 20g (**gluten pszenny)** sałata 5g, ogórek 10gHerbata zwyczajna 200ml | Wafle ryżowe wysokobłonnikowe z dżemem owocowym 20gjabłkoTalerzyk: gruszka | Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki (80g warzyw), zabielana mlekiem roślinnym 250ml **(seler)**Ryba pieczona - dorsz 60g **(ryby, gluten pszenny)**Ziemniaki 100gSurówka z kapusty kiszonej z kminkiem, skropiona oliwą z oliwek 50gKompot z owoców mieszanych 200ml |