|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Śniadanie | II śniadanie | Obiad |
| *Poniedziałek* | Zupa mleczna 20g/200ml **(mleko)**  Pieczywo bezglutenowe 30g, masło 5g **(mleko),** twarożek ze szczypiorkiem 30g **(mleko)**, ogórek 10g, papryka 10g  Herbata 200ml | Budyń na mleku 120ml **(mleko)**  jabłko  Zdrowy talerzyk:  mandarynka | Zupa krem z pieczarek z ziemniakami na wywarze jarzynowym(80g), z pestkami słonecznika zabielana mlekiem kokosowym 200ml **(seler, grzyby)**  Sos neapolitański mięsem drobiowym, włoszczyzną i soczewicą z dodatkiem sera mozzarella 150g **(mleko)**  Makaron bezglutenowy 100g  Kompot z owoców mieszanych 200ml |
| *wtorek* | Zupa mleczna 20g/200ml **(mleko)**  Pieczywo bezglutenowe 30g, masło 5g **(mleko),** jajko gotowane 50g **(jaja)**, szczypiorek 5g, pomidor 10g, sałata 10g, rzodkiewka 10g  Herbata z cytryną 200ml | Bułeczka bezglutenowa z z masłem i miodem 30g **(mleko)**  Herbata 200ml  marchewka  Zdrowy talerzyk:  banan | Rosół na kurczakach zagrodowych z natką pietruszki 200ml **(seler)**  Bitka schabowa pieczona 60g  Ziemniaki 100g  Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i koperkiem z dodatkiem oleju rzepakowego z I tłoczenia 50g  Kompot z owoców mieszanych 200ml |
| *Środa* | Zupa mleczna 20g/200ml **(mleko)**  Pieczywo bezglutenowe 30g, masło 5g **(mleko)**, szynka wieprzowa 20g, pomidor 10g, ogórek 10g  masło 5g **(mleko)**  Herbata 200ml | Bułka bezglutenowa z masłem i szynką z piersi kurczaka na sałacie 20g **(mleko)**  Herbata malinowa 200ml  jabłko  Zdrowy talerzyk:  marchewka | Zupa ziemniaczana z majerankiem na wywarze mięsno jarzynowym (80g warzyw) 200ml  Ryż z prażonym jabłkiem i cynamonem 220g  Polewa truskawkowa na jogurcie 60ml **(mleko)**  Surówka z marchewki w sosie mango z orzechami 50g **(orzechy)**  Kompot z owoców mieszanych 200ml |
| *Czwartek* | Zupa mleczna 20g/200ml **(mleko)**  Pieczywo bezglutenowe 30g, masło 5g **(mleko)**, szyneczka 20g pomidor 10g, ogórek kiszony 10g  Herbata malinowa 200ml | Kisiel owocowy 120ml  mandarynka  Zdrowy talerzyk:  jabłko | Zupa brokułowa z ziemniaczkami i koperkiem, na wywarze jarzynowym (80g warzyw) 200ml  Pulpet drobiowy sosie potrawkowym 60g/60ml **(jaja)**  Kasza gryczana 100g  Surówka z kapusty czerwonej z dodatkiem papryki i olejem rzepakowym z I tłoczenia 50g  Kompot z owoców mieszanych 200ml |
| *Piątek* | Zupa mleczna 20g/200ml **(mleko)**  Pieczywo bezglutenowe 30g, masło 5g **(mleko)**  ser żółty 20g **(mleko),** sałata 10g  pomidor 10g, ogórek 10g  Herbata 200ml | Deser waniliowy z tęczową galaretką 120g **(mleko)**  Banan  Zdrowy talerzyk:  marchewka | Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze jarzynowym (80g warzyw) z natką pietruszki 200ml **(,seler)**  Ryba – dorsz – pieczona 60g **(ryby)**  Ziemniaki 100g  Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem kminku z olejem rzepakowym z I tłoczenia 50g  Kompot z owoców mieszanych 200ml |