|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Śniadanie | II śniadanie | Obiad |
| *Poniedziałek* | Zupa mleczna 20g/200ml **(mleko)**Pieczywo żytnio - pszenne 30g **(gluten pszenny, żytni)**, masło 5g **(mleko),** twarożek ze szczypiorkiem 30g **(mleko)**, ogórek 10g, papryka 10gHerbata 200ml | Budyń na mleku 120ml **(mleko)**jabłkoZdrowy 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 **(gluten pszenny, mleko)**Makaron z pszenicy durum 100g **(gluten pszenny)**Kompot z owoców mieszanych 200ml |
| *wtorek* | Zupa mleczna 20g/200ml **(mleko)**Pieczywo żytnio - pszenne 30g **(gluten pszenny, żytni)**, masło 5g **(mleko),** jajko gotowane 50g **(jaja)**, szczypiorek 5g, pomidor 10g, sałata 10g, rzodkiewka 10gHerbata z cytryną 200ml | Rogal maślany z masłem i miodem 30g **(gluten pszenny, mleko)**Herbata 200mlmarchewkaZdrowy talerzyk:banan | Rosół na kurczakach zagrodowych z makaronem nitki i natką pietruszki 200ml **(gluten pszenny, seler)**Kotlet schabowy panierowany 60g **(gluten pszenny, jaja)**Ziemniaki 100gSurówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i koperkiem z dodatkiem oleju rzepakowego z I tłoczenia 50gKompot z owoców mieszanych 200ml |
| *Środa* | Zupa mleczna 20g/200ml **(mleko)**Pieczywo żytnio - pszenne 30g **(gluten pszenny, żytni)**, masło 5g **(mleko)**, szynka wieprzowa 20g, pomidor 10g, ogórek 10gmasło 5g **(mleko)**Herbata 200ml | Bułka weka z masłem i szynką z piersi kurczaka na sałacie 20g **(gluten pszenny, mleko)**Herbata malinowa 200mljabłkoZdrowy talerzyk:marchewka | Żurek z kiełbaską i ziemniakami z majerankiem na wywarze mięsno jarzynowym (80g warzyw) 200ml **(gluten żytni, jaja)**Ryż z prażonym jabłkiem i cynamonem 220gPolewa 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 wieloziarniste 30g **(gluten pszenny, żytni)**, masło 5g **(mleko)**, pasztet pieczony z indyka 20g **(gluten pszenny, jaja),** pomidor 10g, ogórek kiszony 10gHerbata malinowa 200ml | Kisiel owocowy 120mlmandarynkaZdrowy talerzyk:jabłko | Zupa brokułowa z ziemniaczkami i koperkiem, na wywarze jarzynowym (80g warzyw) 200ml **(mleko)**Pulpet drobiowy sosie potrawkowym 60g/60ml **(jaja, gluten pszenny)**Kasza jęczmienna 100g **(gluten jęczmienny)**Surówka z kapusty czerwonej z dodatkiem papryki i olejem rzepakowym z I tłoczenia 50gKompot z owoców mieszanych 200ml |
| *Piątek* | Zupa mleczna 20g/200ml **(mleko)**Pieczywo żytnio - pszenne 30g **(gluten pszenny, żytni),** masło 5g **(mleko),** ser żółty 20g **(mleko),** sałata 10gpomidor 10g, ogórek 10gHerbata 200ml | Deser waniliowy z tęczową galaretką 120g **(mleko)**BananZdrowy talerzyk:marchewka | Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze jarzynowym (80g warzyw) z natką pietruszki 200ml **(mleko)**Ryba – dorsz – smażona, panierowana 60g **(ryby, gluten pszenny, jaja)**Ziemniaki 100gSurówka z kapusty kiszonej z dodatkiem kminku z olejem rzepakowym z I tłoczenia 50gKompot z owoców mieszanych 200ml |