

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 28.09	Zupa mleczna (200ml) z płatkami ryżowymi (20g) Chleb graham z ziarnami słonecznika (35g) z masłem (5g) Szynka drobiowa (20g) Sałata rzymska (15g) Pomidor (15g) Herbata ziołowa (200ml) <i>Alergeny: mleko i produkty pochodne, gluten, gorczyca, sezam, orzechy</i>	Banan (50g) Kiwi (15g)	Zupa krupnik jęczmienny na wywarze warzywnym (250ml), Makaron świderki (120g) z soją gotowaną z marchewką, fasolką szparagową żółtą i cebulą w sosie pomidorowym (120g) Sok 100% (200ml) <i>Alergeny: seler, soja, gluten</i>	Kakao na mleku do picia (200ml). Malina (30g). <i>Alergeny: mleko i produkty pochodne,</i>
Wtorek 29.09	Chleb orkiszowy (40g) z masłem (5g), pasta mięsna drobiowa (30g) (wyrób własny), Ogórek kiszony (25g) Rzodkiewka (10g) Kakao na mleku (200ml) <i>Alergeny: gluten, mleko i produkty pochodne,</i>	Kefir jagodowy do picia (200g) (wyrób własny), <i>Alergeny: gluten, mleko i produkty pochodne</i>	Zupa grochowa na wywarze drobiowym (250ml) Kotlet mielony wieprzowy z pieca (70g), Ziemniaki gotowane (120g), Surówka białej kapusty z marchewką pietruszką z oliwą (100g), Kompot wielowocowy (200ml) <i>Alergeny: seler, gluten, jaja</i>	Jabłko (70g) Melon (50g)
Środa 30.09	Zupa mleczna (200ml) z kaszą manną (20g) Chleb macieja(pszenny) (35g) z masłem (5g), Pasta jajeczna z awokado (30g) (wyrób własny), Rukola (10g) Herbata czarna z cytryną(200ml) <i>Alergeny: mleko i produkty pochodne, gluten ,jaja</i>	Pieczone ziemniaki, bataty i marchew (100g) jogurt grecki z czosnkiem (50g) <i>Alergeny: mleko i produkty pochodne</i>	Zupa gulaszowa z mięsem wieprzowym i papryką czerwoną (250ml), Ryż biały gotowany na mleku (120g) z musem jabłkowo-brzoskwiniowym (70g) Woda z cytryną (200ml) <i>Alergeny: seler, mleko i produkty pochodne,</i>	Nektaryna (30g) Gruszka (70g) Ogórek zielony (20g)
Czwartek 01.10	Chleb fitness (35g) z masłem (5g) Pasta z sera białego(70g) ze szczypiorkiem (5g) Ogórek kiszony (25g) Papryka żółta (50g) Kawa zbożowa(200ml) <i>Alergeny: gluten, mleko i produkty pochodne, sezam</i>	Shake malinowy (200ml) (wyrób własny), <i>Alergeny: mleko i produkty pochodne</i>	Zupa z brokułem na wywarze warzywnym (250ml), Kasza pęczak (120g) z indykiem w sosie jasnym pieczeniowym z cebulą czerwoną, cukinią i szpinakiem (70g) Ogórek kiszony (50g) Kompot wielowocowy (200ml) <i>Alergeny: seler, gluten, mleko i produkty pochodne</i>	Arbuz (50g), borówka (30g)
Piątek 02.10	Zupa mleczna (200ml)z płatkami jęczmiennymi (20g) Chleb pszenny (35g) z serem mozzarella (15g) Pomidor ze szczypiorkiem (15g) Papryka czerwona (10g) Herbata lipowa(200ml) <i>Alergeny: mleko i produkty pochodne, gluten,</i>	Brzoskwinia (50g) mango (15g) kalarepa (20g)	Zupa krem z marchewki na wywarze warzywnym (250ml) Miruna w sosie koperkowym (70g), Ziemniaki gotowane(120g), Fasolka szparagowa gotowana (100g) Sok 100% (200ml) <i>Alergeny: seler, ryba, jaja, gluten ,mleko i produkty pochodne</i>	Ciasto marchewkowe z rodzynkami (30g) Mleko do picia (100ml) <i>Alergeny: gluten, mleko i produkty pochodne, jaja</i>

Informujemy, że planowany jadłospis może ulec zmianie, z przyczyn od nas niezależnych np. niedostępność danego produktu.

Dla dzieci dostępna jest woda, oraz kanapki z masłem do podwieczorku (alergeny : mleko i gluten)