



	PONIEDZIAŁEK 26.09	WTOREK 27.09	ŚRODA 28.09	CZWARTEK 29.09	PIĄTEK 30.09
ŚNIADANI	Zupa mleczna (mleko) z płatkami kukurydzianymi 200ml Pieczywo bezglutenowe z masłem (mleko) makrela w pomidorach, ser biały (ryby/mleko), papryka kolorowa Herbata Rooibos 200ml	Jajko na twardo, sos jogurtowy ze szczypiorkiem (mleko/jaja) Pieczywo bezglutenowe z wędliną, pomidor, sałata, masło (mleko) Kakao na mleku (mleko) 200ml	Pieczywo bezglutenowe z serem żółtym, masło (mleko) Sałatka jarzynowa (seler/jaja) Kawa bezglutenowa na mleku (mleko) 200ml	Jaglanka z żurawiną (mleko) 230ml Pieczywo bezglutenowe z szynką wiejską, papryka czerwona, sałata, ogórek zielony, masło (mleko) Herbata z cytryną 200ml	Lane kluski z mąki kukurydzianej na mleku (mleko/jaja) 15g/200ml Pieczywo bezglutenowe, pieczony schab i ogórek kiszony lub ser żółty (mleko) z pomidorem, masło (mleko) Herbata owocowa 200ml
ZUPA	Krupnik z kaszą jaglaną (seler/mleko) 220ml	Krem z dyni (seler/mleko) z prażonymi pestkami dyni 220ml	Zupa pomidorowa z ryżem (mleko/seler) 220ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami (seler) 220ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami (seler) 220ml
OWOC	Gruszka	Śliwki	Kiwi	Banan	Arbuz
II DANIE	Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem, sos waniliowy (mleko) Sałatka owocowa z owoców sezonowych 220g/70g Kompot wieloowocowy 200ml	Bitka drobiowa w sosie pieczarkowym bez zasmażki Ziemniaki z koperkiem Surówka z pomidora i papryki z cebulką Brokuł na parze 60g/150g/35g/45g Kompot z truskawek z gruszką 200ml	Pierogi ruskie bezglutenowe okraszone cebulką z dodatkiem jabłka, śmietana (mleko) Surówka z marchewki 150g/60g Kompot z brzoskwiń i śliwek 200ml	Polędwiczki wieprzowe duszone w sosie, suszone śliwki (seler/mleko) Kasza gryczana Surówka z kiszonej kapusty Kalafior z masełkiem (mleko) 60g/150g/30g/35g Kompot z moreli 200ml	Filet z miruny (ryby) soute Ziemniaki Surówka z kiszzonego ogórka z marchewką i cebulką Buraczki zasmażane 60g/150g/30g/40g Kompot śliwkowo-gruszkowy 200ml
DESER	Słupki warzyw - marchew/kalarepka/ogórek świeży 100g/20g/20g	Budyń z kaszy jaglanej z owocami (mleko) 150ml/170g	Galaretka owocowa, ciastko bezglutenowe 150g/1szt.	Jabłko z ciastkiem owsianym 1szt./40g	Kasza jaglana z owocami (mleko) 200g

Pogrubioną kursywą oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. W zakładzie produkcyjnym używa się: z b o ż a z a w i e r a j ą c e gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy.

Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów

Opracowano przez dietetyka
mgr Dorota Tarczyńska



	PONIEDZIAŁEK 03.10	WTOREK 04.10	ŚRODA 05.10	CZWARTEK 06.10	PIĄTEK 07.10
Ś N I A D A N I E	Kasza jaglana z owocami (mleko) 30g/150ml/110g	Płatki ryżowe z bananem (mleko) 25g/200ml/30g		Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (mleko) 30g/200ml	
	Pieczywo bezglutenowe z powidłami śliwkowymi, masło (mleko)	Pieczywo bezglutenowe z pieczonym pasztetem drobiowym i ogórkiem kiszonym, masło (mleko)	Pieczywo bezglutenowe z pastą jajeczną (jaja/mleko) i pomidorem, masło (mleko)	Pieczywo bezglutenowe z serkiem (mleko) i rzodkiewką, masło (mleko) , rozspanka	Pieczywo bezglutenowe z szynką z indyka, pomidor, sałata, masło (mleko) Twarożek ziołowy z kiełkami (mleko)
	Herbata ziołowa 200ml	Herbata z konfiturą 200ml	Bawarka (mleko) 200ml	Herbata z cytryną 200ml	Kakao na mleku (mleko) 200ml
Z U P A	Zupa krem warzywny z żółtych warzyw (seler) 220ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (seler) 220ml	Zupa fasolowa (seler) 220ml	Rosół z makaronem bezglutenowym i natką pietruszki (seler) 220ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej z mięsną wkładką (seler) 220ml
OWOC	Jabłko	Brzoskwinia	Winogrono różowe	Banan	Śliwki
I I D A N I E	Udko pieczone Ziemniaki z koperkiem Surówka z białej kapusty, jabłka i ogórka kiszonego (mleko) Marchewka gotowana 60g/150g/55g/20g	Bitki wieprzowe w sosie własnym duszone z marchewką Kasza gryczana Colesław (jaja) Fasolka szparagowa (mleko) 60g/150g/35g/30g	Kluski bezglutenowe z sosem waniliowym (jaja/mleko) Surówka z selera, marchewki i brzoskwiń z rodzynkami 220g/50g	Klopsy drobiowe bezglutenowe w sosie koperkowym (jaja/mleko) Ziemniaki puree (mleko) Kapusta kiszona z marchewką Kalafior 80g/150g/40g/45g	Ryba (ryby) soute z puree z ziemniaków (mleko) Surówka z pomidora i zielonej papryki Brokuł 60g/150g/40g/35g
	Herbata miętowo-miodowa 200ml	Sok karotka 200ml	Sok pomarańczowy 100% 200ml	Zielona herbata 200ml	Kompot owocowy 200ml
D E S E R	Budyń jaglany z bezą (mleko/jaja) 150ml	Kisiel z tartym jabłkiem, chrupki jaglane 150ml/80g	Ciastka owsiane 2szt.	Prażone jabłko z ciastkiem bezglutenowym 50g/40g	Pieczywo bezglutenowe z masłem (mleko) , jogurt naturalny (mleko) 25g/5g/150ml

Pogrubioną czcionką oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. W zakładzie produkcyjnym używa się: z b o ż a z a w i e r a j ą c e gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy.

Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów

Opracowano przez dietetyka mgr Dorota Tarczyńska