

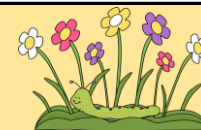


	<b>PONIEDZIAŁEK 22.04</b>	<b>WTOREK 23.04</b>	<b>ŚRODA 24.04</b>	<b>CZWARTEK 25.04</b>	<b>PIĄTEK 26.04</b>
<b>ŚNIADEK</b>	Płatki kukurydziane na napoju roślinnym <i>30g/200ml</i> Grahamka ( <b>żyto</b> ) z kiebasą krakowską, ogórek kiszony, pomidor, sałata, sos musztardowy Herbata owocowa <i>200ml</i>	Bułeczka pszenna ( <b>pszenica</b> ) z szynką wieprzową, rzodkiewką i szczypiorkiem lub dżemem, margaryna roślinna Kakako na napoju roślinnym <i>200ml</i>	Musli na napoju roślinnym ( <b>jęczmień/orzechy/migdały</b> ) <i>25g/200ml/15g/10g</i> Kanapka ( <b>pszenica</b> ) z szynką drobiową, pomidorem i sałata, margaryna roślinna Herbata zielona <i>200ml</i>	Grahamka ( <b>pszenica</b> ), Parówki z szynki 2 szt., ketchup, pomidor Kawa Inka na napoju roślinnym ( <b>liczmię/zwta</b> ) <i>200ml</i>	Jogurt kokosowy z płatkami owsianymi, nutką wanili i bananem <i>150ml/20g/50g</i> Sałatka żydowska ( <b>jaja</b> ) z kanapką z chleba żytniego z warzywami (sałata/rzodkiewka) margaryna roślinna Herbata z cytryną <i>200ml</i>
<b>ZUPA</b>	Krem z czerwonej soczewicy z natką pietruszki ( <b>seler</b> ), wywar warzywny <i>220ml</i>	Ogórkowa z ziemniakami ( <b>seler</b> ), wywar warzywny <i>220ml</i>	Pomidorowa a'la Napoli z makaronem ( <b>seler/pszenica</b> ) <i>220ml</i>	Krem z kukurydzy z groszkiem ptysiowym ( <b>pszenica/jaja</b> ) <i>220ml</i>	Zupa meksykańska z kurczakiem ( <b>seler</b> ) <i>220ml</i>
<b>OWOC</b>	Melon	Banan	Jabłko	Mandarynka	Gruszka
<b>ILIDANIE</b>	Makaron z polewą truskawkową ( <b>pszenica</b> ) Karotka na parze <i>220g/80g</i> Kompot owocowy <i>200ml</i>	Schab po myśliwsku z ogóreczkiem kiszonym Kasza bulgur ( <b>pszenica</b> ) Surówka z czerwonej kapusty i marchewki Mix warzyw na ciepło (brokuł/marchew/kalafior) <i>60g/150g/30g/35g</i> Sok jabłkowy <i>200ml</i>	Gyros drobiowy z sosem pomidorowym Ziemniaczki pieczone z ziołami Brokuły na parze z sezamem ( <b>sezam</b> ) <i>60g/150g/30g/35g</i> Woda z miętą i cytryną <i>200ml</i>	Kotlet mielony ( <b>pszenica/jaja</b> ) Ziemniaki puree Surówka z białej kapusty Marchewka z groszkiem <i>60g/150g/30g/35g</i> Kompot z truskawek <i>200ml</i>	Mintaj w cieście naleśnikowym bez mleka ( <b>ryby/pszenica/jaja</b> ) Ziemniaki z koperkiem Sałata sezonowa z rzodkiewką, sos ziołowy <i>60g/150g/60g</i> Zielona herbata <i>200ml</i>
<b>DESER</b>	Gruszka <i>1szt.</i>	Warzywa do chrupania (marchewka/kalarepka/seler naciowy/ogórek) <i>50g</i>	Jogurt kokosowy z brzoskwinią <i>150g</i>	Budyń czekoladowy na mleku roślinnym z bezą ( <b>jaja</b> ) <i>150g/1szt.</i>	Andruty z masłem orzechowym i dżemem ( <b>pszenica/orzechy</b> ) <i>50g</i>

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


**29 kwietnia - 3 maja 2024**

	PONIEDZIAŁEK 29.04	WTOREK 30.04	ŚRODA 01.05	CZWARTEK 02.05	PIĄTEK 03.05
<b>Ś N I A D A N I E</b>	Rogal ( <b>pszenica</b> ) z pastą z warzywną i rzodkiewki  Kawa Inka ( <b>jęczmień/żyto</b> ) na mleku roślinnym <i>200ml</i>	Jajecznica ze szczypiorkiem ( <b>jaja</b> ) Bułeczka ( <b>pszenica</b> ), sałata, pomidor  Kakao na mleku ryżowym <i>200ml</i>		Kanapka ( <b>żyto</b> ) z szynką wiejską, papryka, ogórek, sałata, majonez ( <b>jaja</b> )  Herbata owocowa <i>200ml</i>	
<b>Z U P A</b>	Barszcz czerwony z fasolką i ziemniakami ( <b>seler</b> ) <i>220ml</i>	Pomidorowa z makaronem ( <b>seler/pszenica</b> ) <i>220ml</i>		Zupa z fasolki szparagowej ( <b>seler</b> ) <i>220ml</i>	
<b>OWOC</b>	Ananas	Kiwi		Gruszka	
<b>I I D A N I E</b>	Penne Napoli Mix sałat zielonych z ziołowym sosem  <i>220g/80g</i> Woda z miętą i cytryną <i>200ml</i>	Potrawka drobiowa w sosie Ziemniaczki puree Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki Mix warzyw na parze  <i>60g/150g/35g/40g</i> Kompot owocowy <i>200ml</i>		Ryż z truskawkami na napoju roślinnym Surówka z marchewki i jabłka  <i>220g/80g</i> Woda z miętą i cytryną <i>200ml</i>	
<b>D E S E R</b>	Jabłko  <i>1 szt.</i>	Koktajl truskawkowo-bananowy na napoju roślinnym, chrupki kukurydziane  <i>150g/20g</i>		Ciasteczka owsiane ( <b>pszenica</b> )  <i>2szt.</i>	

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