

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>Poniedziałek 18-11-24r.</b>	Bułka grahamka (70 g) z masłem(5g) szynka kanapkowa (15g) sałata lodowa, rzodkiewki (2 szt.) Kakao na mleku (250 ml) herbata z maliną (200ml) jabłko (70 g) <b>(laktoza gluten seler soja)</b>	Pomidorowa z ryżem (300ml) Naleśniki pełnoziarniste ze serem i musem truskawkowym (120g) wyciskany sok z marchwi i jabłka (150 ml) <b>(gluten laktoza seler jaja gorczyca)</b>	Kefir naturalny (150 ml) Gruszka plastry (35g) Wafle kukurydziane (30 g) woda z cytryną wg potrzeb  <b>(laktoza, gluten orzechy soja)</b>
<b>Wtorek 19-11-24r.</b>	Zacierki na mleku z malinami (250 ml) Pieczywo mieszane (35g) z masłem (5g) ser mozzarella (10g) pomidor koktajlowy (3szt.) gruszka (70 g) Herbata z pokrzywą (200 ml) <b>(laktoza gluten soja jaja)</b>	Zupa ogórkowa z ziemniakami (300 ml) Pulpety z indyka duszone w sosie koperkowym (80 g) z kaszą pęczak (50 g) Surówka z selera korzeniowego i jabłka (110g) Kompot (200 ml) <b>(gluten laktoza seler soja)</b>	Bułka pszenna (35 g) z masłem (5g) powidła śliwkowe (15g) niskosłodzone Kakao na mleku (250ml) woda z cytryną wg potrzeb  <b>(gluten laktoza soja)</b>
<b>Środa 20-11-24r.</b>	Pieczywo mieszane (80g) z pastą jajeczną (35g) i ogórek kiszony (80g) Kawa inka na mleku (250ml) brzoskwinia cząstki (50g) <b>(laktoza gluten jaja soja)</b>	Zupa fasolowa z ziemniakami (300ml) Makaron świderki z szynką i duszonymi warzywami (110g) Kompot (200ml) <b>laktoza gluten soja seler)</b>	Płatki jaglane na mleku (250g) z bananem (50g) woda z miodem i cytryną wg potrzeb  <b>(gluten laktoza jaja gorczyca)</b>
<b>Czwartek 21-11-24r.</b>	Owsianka z bananem i borówką (250ml) chleb mieszany (35 g) kabanos wieprzowy (35 g) papryka słupki (80g) herbata z cytryną (200ml) Jabłko (110g) <b>(laktoza gluten seler soja)</b>	Krupnik z kaszą bulgur (300ml) Gulasz z wołowiny (80g) w sosie z ziemniakami (100g) kiszony ogórek w słupkach (70g) Kompot (200ml) <b>(laktoza gluten, seler)</b>	Placki na jogurcie naturalnym (70g) mleko z miodem (150ml) Mandarynka (1 szt.)  <b>(gluten laktoza orzechy)</b>
<b>Piątek 22-11-24r.</b>	Bułka grahamka (80g) z masłem (5g) pasztet mięsny (15g) ogórek słupki (40g) kakao na mleku (250ml) Ananas cząstki (40g) <b>(gluten laktoza gorczyca jaja soja)</b>	Rosół z kury (300ml) z makaronem Filet z morszczuka w płatkach owsianych (70g) ziemniaki (100g) Surówka z kiszonej kapusty (110 g) Kompot (200ml) <b>(gluten soja jaja ryby seler gorczyca)</b>	Kasza manna na mleku (250ml) z musem truskawkowym Jabłko cząstki (70g) woda do picia wg potrzeb  <b>(gluten laktoza soja)</b>

**ALERGENY: gluten laktoza jaja ryby soja seler gorczyca sezam orzechy**