DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek 06-01-25r.	Dzień wolny od zajęć	Dzień wolny od zajęć	Dzień wolny od zajęć
Wtorek 07-01-25r.	Chleb wieloziarnisty (80g) z masłem (5g) z szynką wieprzową (15 g), jajecznica na maśle ze szczypiorkiem, rzodkiewka, papryka, pomidor malinowy (50g) kakao na mleku (250 ml) gruszka (70 g) **(laktoza gluten soja)**	Zupa grochowa z ziemniakami (300ml) Ryż ze śmietaną (120g) Marchew słupki (50g) Sok wyciskany z owoców (wyrób własny) (200ml) **(gluten seler jaja gorczyca)**	Placki na jogurcie naturalnym (80g) mandarynka (1 szt.) Kakao na mleku (150ml) Orzechy włoskie Woda z cytryną i miodem wg potrzeb **(laktoza gluten soja orzechy)**
Środa 08-01-25r.	Kasza jaglana na mleku (300 ml) Chleb mieszany (35 g) masło (5g) pasta z tuńczyka z kiełkami warzyw(10g) ogórek zielony, pomidor, szynka drobiowa (50g) banan cząstki (50 g) Herbata z cytryną (150ml) **(laktoza gluten orzechy)**	Zupa ogórkowa z ziemniakami (300ml) Pulpety z indyka duszone w sosie pomidorowym (80g) Buraczek zasmażany (110g) ryż (100g) Kompot (200ml) **(laktoza gluten soja seler gorczyca)**	Muffiny czekoladowe brzoskwinia cząstki (60g) Kefir naturalny (150 ml) Woda z cytryną i miodem wg potrzeb **(gluten laktoza gorczyca orzechy)**
Czwartek 09-01-25r.	Pieczywo mieszane (80g) z masłem (5g) szyneczka z indyka (50g) ogórek, pomidor koktajlowy (55g) kawa inka na mleku (250ml) kiwi (1 szt.) **(laktoza gluten seler soja)**	Kapuśniak z ziemniakami (300ml) Makaron spaghetti z mięsem mielonym w sosie pomidorowym (120g) Papryka i kalarepka słupki (70g) Kompot (200ml) **(laktoza gluten seler soja)**	Budyń wanilinowy (wyrób własny) (150g) z musem truskawkowym Pomarańcza cząstki (1 szt.) Woda z cytryną i miodem wg potrzeb **(gluten laktoza)**
Piątek 10-01-25r.	Owsianka na mleku z malinami (300ml) Pieczywo mieszane (25g) Pasta jajeczna z ogórkiem kiszonym (30g) ananas cząstki (70g) Herbata z pokrzywą (150 ml) **(gluten laktoza)**	Zupa pomidorowa z makaronem (300ml) Łosoś panierowany w płatkach kukurydzianych(80g) z ziemniakami (50g) Mix sałat z awokado, papryką, pomidorem, oliwkami, ser feta, oliwa z oliwek (110g) Kompot (200ml) **(gluten laktoza soja ryby seler)**	Ciasto dyniowe (70g) kakao na mleku (250ml) gruszka cząstki (110g) Woda z cytryną i miodem wg potrzeb **(gluten laktoza soja jaja)**

ALERGENY: gluten laktoza jaja ryby soja seler gorczyca orzechy