



	PONIEDZIAŁEK 19.04	WTOREK 20.04	ŚRODA 21.04	CZWARTEK 22.04	PIĄTEK 23.04
Ś N I A D A N I E	Płatki żytnie ( <b>żyto</b> ) z mlekiem roślinnym	Płatki owsiane na mleku, roślinnym ( <b>pszenica</b> )	Płatki jęczmienne ( <b>jęczmień</b> ), mleku roślinnym	Kakao na mleku roślinnym, miód	Kasza jaglana na mleku roślinnym
	30g/200ml	30g/200ml	30g/200ml	200ml	30g/200ml
	Kanapka ( <b>pszenica</b> ) z kiełbasą krakowską z margaryna roślinną, ogórek kiszony	Kanapka z margaryną roślinną ( <b>żyto</b> ), pieczenią z łopatkami, pomidor, sałata	Kanapka z margaryną roślinną ( <b>pszenica</b> ) i dżemem niskosłodzonym	Jajecznica na margarynie roślinną ( <b>jaja</b> ), pomidor szczypiorek Bułeczka ( <b>pszenica</b> ) z margaryną roślinną	Rogal z pastą warzywną, rzodkiewką i kiełkami ( <b>pszenica/żyto</b> )
	Herbata z hibiskusa 200ml	Herbata z lipy 200ml	Herbata owocowa 200ml		Herbata owocowa 200ml
Z U P A	Zupa pomidorowa z ryżem ( <b>seler</b> ), wywar warzywny	Zupa wiosenna z ziemniakami ( <b>seler</b> ), wywar warzywny	Zupa ogórkowa z ziemniakami ( <b>seler</b> ), wywar warzywny	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami ( <b>seler</b> ), wywar warzywny	Krem z zielonego groszku z grzankami ( <b>pszenica/seler</b> ), wywar warzywny
	250ml	250ml	250ml	250ml	250ml
I I D A N I E	Makaron ze szpinakiem ( <b>pszenica</b> ) Surówka z białej kapusty, marchewki i jabłka	Gulasz z indyka w sosie własnym ( <b>pszenica</b> ) Kasza gryczana Surówka z kiszanej kapusty	Kotlet schabowy pieczony w płatkach kukurydzianych ( <b>pszenica/jaja</b> ) Ziemniaki tłuczone Brokuł na parze	Kopytka ziemniaczane z prażonymi jabłkami ( <b>pszenica/jaja</b> ) Sos owocowy Surówka z marchewki i jabłka	Paluszki rybne z kawałków fileta z dorsza ( <b>ryby/pszenica/jaja</b> ) Ziemniaki z masłem i koperkiem Marchewka duszona
	200g/80g	70g/100g/80g	70g/100g/80g	70g/100g/80g	200g/80g
	Kompot wieloowocowy 200ml	Kompot owocowy 200ml	Kompot owocowy 200ml	Kompot owocowy 200ml	Kompot owocowy 200ml
owoc	OWOC SEZONOWY	OWOC SEZONOWY	OWOC SEZONOWY	OWOC SEZONOWY	OWOC SEZONOWY

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, nasion sezamu, orzechy.

Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów

Opracowano przez dietetyka  
mgr Dorota Tarczyńska



	PONIEDZIAŁEK 26.04	WTOREK 27.04	ŚRODA 28.04	CZWARTEK 29.04	PIĄTEK 30.04
Ś N I A D A N I E	Kasza manna ( <b>pszenica</b> ) na mleku roślinnym, owoce	Płatki kukurydziane na mleku roślinnym, owoce	Kawa zbożowa Inka na mleku roślinnym ( <b>żyto/jęczmień</b> )	Płatki owsiane na mleku roślinnym ( <b>pszenica</b> )	Musli na mleku roślinnym ( <b>jęczmień/żyto/pszenica</b> ), owoce
	30g/200ml	30g/200ml	200ml	30g/200ml	30g/200ml
	Bułka orkiszowa ( <b>pszenica</b> ) z twarożkiem i rzodkiewką ( <b>mleko</b> )	Parówki z szynki, sos pomidorowy, papryka Grahamka z masłem ( <b>pszenica/mleko</b> )	Grahamka ( <b>pszenica</b> ) z polędwicą sopocką, sałata, ogórek zielony, masło ( <b>mleko</b> )	Kanapka ( <b>pszenica</b> ) z pastą jajeczną z tuńczyka ( <b>ryby/mleko/jaja</b> ), rzodkiewka, kietki	Kanapka ( <b>pszenica</b> ) z serem żółtym ( <b>mleko</b> ), pomidor, kietki, masło ( <b>mleko</b> )
	Herbata cytrynowa	Herbata rumiankowa	Herbata miętowa	Herbata owocowa	
	200ml	200ml	200ml	200ml	
Z U P A	Krupnik z ziemniakami ( <b>seler/jęczmień</b> ), wywar warzywny	Zupa szczawiowa z ryżem i jajkiem ( <b>seler/jaja</b> )	Rosół z makaronem ( <b>seler/pszenica</b> ), wywar mięsno-warzywny	Zupa jarzynowa z brukselką i ziemniakami ( <b>seler/mleko</b> ), wywar warzywny	Barszcz czerwony z fasolą i ziemniakami ( <b>seler/mleko</b> ), wywar warzywny
	250ml	250ml	250ml	250ml	250ml
I I D A N I E	Udko pieczone z ziołami Ziemniaki puree Sałata masłowa z dipem jogurtowym ( <b>mleko</b> )	Łazanki z kapustą i kiełbasą ( <b>pszenica</b> ) Marchewka do chrupania	Filet z miruny w panierce ( <b>pszenica/jaja/ryby</b> ) Ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, jabłkiem	Potrąwka drobiowa z warzywami ( <b>seler/pszenica</b> ) Ryż pełnoziarnisty Surówka z czerwonej kapusty	Naleśniki z dżemem truskawkowym ( <b>pszenica/jaja</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, jabłkiem
	70g/100g/80g	70g/100g/80g	70g/100g/80g	70g/100g/80g	200g/80g
	Kompot owocowy	Lemoniada cytrynowa	Kompot owocowy	Kompot owocowy	Kompot owocowy
	200ml	200ml	200ml	200ml	
owoc	OWOC SEZONOWY	OWOC SEZONOWY	OWOC SEZONOWY	OWOC SEZONOWY	OWOC SEZONOWY

Pogrubioną czcionką oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasion sezamu, orzechy.  
Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów

Opracowano przez dietetyka  
mgr Dorota Tarczyńska