



	PONIEDZIAŁEK 28.06	WTOREK 29.06	ŚRODA 30.06	CZWARTEK 01.07	PIĄTEK 02.07
Ś N I A D A N I E	Płatki żytnie (żyto) z mlekiem (mleko)	Płatki owsiane na mleku, miód (pszenica/mleko)	Płatki jęczmienne (jęczmień) mleku (mleko)	Kakao na mleku, miód (mleko)	Kasza jaglana na mleku (mleko)
	30g/200ml	30g/200ml	30g/200ml	200ml	30g/200ml
	Kanapka (pszenica) z kiełbasą krakowską z masłem (mleko), ogórek kiszony	Kanapka z masłem (żyto/mleko), pieczenią z łopatkami, pomidor, sałata	Kanapka z masłem (pszenica/mleko) i dżemem niskosłodzonym	Jajecznica na maśle (mleko/jaja), pomidor szczypiorek Bułeczka (pszenica) z masłem (mleko)	Rogal z pastą z twarogu półtłustego i rzodkiewki z kiełkami (mleko/pszenica/żyto)
	Herbata z hibiskusa 200ml	Herbata z lipy 200ml	Herbata owocowa 200ml	Herbata owocowa 200ml	Herbata owocowa 200ml
Z U P A	Jarzynowa z ziemniakami (seler/mleko), wywar warzywny	Ogórkowa z ziemniakami (seler/mleko), wywar warzywny	Pomidorowa z ryżem (seler/mleko), wywar warzywny	Krem warzywny z grzankami ziołowymi (mleko/pszenica)	Barszcz ukraiński z ziemniakami (seler/mleko)
	250ml	250ml	250ml	250ml	250ml
I I D A N I E	Spaghetti bolognese z mięsem mielonym i warzywami (mleko/ seler/pszenica) Surówka z rzodkiewką i ogórkiem	Bitka drobiowa w sosie pieczarkowym (pszenica) Ziemniaki z koperkiem Buraczki z cebulką	Zapiekany filet z dorsza (pszenica/jaja) Ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty pekińskiej	Filet drobiowy w panierce (pszenica/jaja) Ziemniaki puree (mleko) Sałata zielona z ziołowym sosem	Pierogi ruskie z cebulką (pszenica/jaja/mleko) Surówka z marchewki i jabłka
	200g/80g	70g/100g/80g	70g/100g/80g	70g/100g/80g	70g/100g/80g
	Kompot owocowy 200ml	Lemoniada cytrynowa 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: **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


05-09 lipca 2021

	PONIEDZIAŁEK 05.07	WTOREK 06.07	ŚRODA 07.07	CZWARTEK 08.07	PIĄTEK 09.07
Ś N I A D A N I E	Kasza manna (pszenica) na mleku (mleko), owoce	Płatki kukurydziane na mleku (mleko), owoce	Kawa zbożowa Inka (żyto/jęczmień/mleko)	Płatki owsiane na mleku (pszenica/mleko), owoce	Musli na mleku (jęczmień/żyto/pszenica/mleko), owoce
	30g/200ml	30g/200ml	200ml	30g/200ml	30g/200ml
	Bułka orkiszowa (pszenica) z twarożkiem i rzodkiewką (mleko)	Parówki z szynki, sos pomidorowy, papryka Grahamka z masłem (pszenica/mleko)	Grahamka (pszenica) z polędwicą sopocką, sałata, ogórek zielony, masło (mleko)	Kanapka (pszenica) z pastą jajeczną z tuńczyka (ryby/mleko/jaja), rzodkiewka, kielki	Kanapka (pszenica) z serem żółtym (mleko), pomidor, kielki, masło (mleko)
	Herbata cytrynowa 200ml	Herbata rumiankowa 200ml	Herbata miętowa 200ml	Herbata miętowa 200ml	Herbata owocowa 200ml
Z U P A	Zupa brokułowa z ziemniakami (seler/mleko), wywar warzywny 250ml	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (seler/mleko), wywar warzywny 250ml	Kapuśniak z ziemniakami (seler/mleko), wywar warzywny 250ml	Zupa koperkowa z marchewką i zacierką (seler, jaja, pszenica) 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (seler/mleko), wywar warzywny 250ml
	Zapiekanek makaronowa z kurczakiem i warzywami Sałata masłowa z pomidorem i jogurtem naturalnym (mleko) 200g/80g Kompot owocowy 200ml	Potrąka drobiowa z warzywami (pszenica/mleko) Kasza bulgur (pszenica) Surówka z czerwonej kapusty 70g/100g/80g Lemoniada cytrynowa 200ml	Pieczone podudzia z kurczaka Młode ziemniaki w ziołach (mleko) Mizeria (mleko) 70g/100g/80g Kompot owocowy 200ml	Mintaj w panierce (jaja/pszenica) Ziemniaki z koperkiem Kapusta pekińska z kapustą i kukurydzą 70g/100g/80g Kompot owocowy 200ml	Naleśniki z serem i polewą truskawkową (pszenica/jaja/mleko) Filetowane owoce sezonowe 200g/80g Kompot owocowy 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: 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