

	Poniedziałek 22.04.2024	Wtorek 23.04.2024	Środa 24.04.2024	Czwartek 25.04.2024	Piątek 26.04.2024
Śniadanie	<b>Płatki musli:</b> mleko 3,2% (200 ml), płatki musli (30g). Pieczywo mieszane (35g), masło (5g), polędwica sopocka (15g), ser żółty (10g) pomidor, ogórek, rzodkiewka, natka pietruszki (łącznie 25g) Herbata (200ml), cukier (5g), cytryna (3g). A: /1; 7; /	<b>Kakao na mleku:</b> mleko 3,2% (200 ml), kakao (5 g), cukier (5g). Pieczywo mieszane (35g), masło (5g), jajko na twardo (35g), schab pieczony (15g), pomidor, ogórek, rzodkiewka, natka pietruszki (łącznie 25g) Herbata (200ml), cukier (5g), cytryna (3g). A: /1; 3; 7; /	<b>Płatki kangus:</b> mleko 3,2% (200 ml), płatki kangus (30g). Pieczywo mieszane (35g), masło (5g), pasta z tuńczyka (15g), szynka drobiowa (20g), pomidor, ogórek, rzodkiewka, natka pietruszki (łącznie 25g) Herbata (200ml), cukier (5g), cytryna (3g). A: /1; 3; 4; 7; /	<b>Kawa Inka na mleku:</b> mleko 3,2% (200 ml), kawa zbożowa (5 g), cukier (5 g) Pieczywo mieszane (35g), masło (5g), kiełbasa krakowska (15g), twarożek (10g), pomidor, ogórek, papryka, natka pietruszki (łącznie 25g) Herbata (200ml), cukier (5g), cytryna (3g). A: /1; 3; 7; /	<b>Płatki mlekołaki:</b> mleko 3,2% (200 ml), płatki mlekołaki (15g). Pieczywo mieszane (35g), masło (5g), szynka pieczona (20g), serek waniliowy (15g), pomidor, ogórek, papryka, natka pietruszki (łącznie 25g) Herbata (200ml), cukier (5g), cytryna (3g). A: /1; 3; 7; /
II Ś	Owoc (150g)	Owoc (150g)	Owoc (150g)	Owoc (150g)	Owoc (150g)
Obiad	<b>Zupa ogórkowa:</b> włoszczyzna (75 g), ogórki kiszane (30 g), mięso z indyka (25 g), ziemniaki (100g), sól (1 g), śmietana 18% (10g), pieprz, przyprawy, natka. <b>Kotlet pożarski drobiowy:</b> mięso z udka z kurczaka (100 g), cebula (20 g), olej rzepakowy (5 g), jajko (10g), sól (1g), bułka tarta (5g), <b>ziemniaki (150g), marchew z groszkiem (100g).</b> Owoc (150g) Kompot wieloowocowy (200 ml), cukier (3g). A: /1; 3; 7; 9; /	<b>Rosół z makaronem:</b> włoszczyzna (100 g), mięso drobiowe (80 g), mięso wołowe (30g), makaron nitki (30 g), sól (1g), przyprawy, natka pietruszki. <b>Pyzy z farszem mięsnym:</b> mąka (50g), olej (10g), mięso wieprzowe (80g), jajko (5g), cebula (10g), pieprz (1g), sól (1g), <b>surówka z czerwonej kapusty (100g).</b> Owoc (150g) Kompot wieloowocowy (200 ml), cukier (3g). A: /1; 3; 9; /	<b>Zupa meksykańska:</b> włoszczyzna (75 g), szynka wieprzowa (20 g), fasola czerwona (20 g), kukurydza (10g), pomidory pelati (20g), sól (1 g), ziemniaki (50 g), przyprawy, natka, koper, przyprawy. <b>Pierś z kurczaka w sosie śmietanowym:</b> pierś z kurczaka (100 g), śmietana 30% (20g), olej rzepakowy (5 g), sól (1g), zioła, mąka pszenna (5g), czosnek, ser żółty (30g), <b>makaron świderki (60g).</b> Owoc (150g) Kompot wieloowocowy (200 ml), cukier (3g). A: /1; 7; 9; /	<b>Fasolowa:</b> włoszczyzna (100 g), fasola (30g), kiełbasa (20 g), ziemniaki (100 g), natka, koper, sól (1g), przyprawy. <b>Miruna w panierce:</b> miruna (100g), jajko (15g), bułka pszenna (5g), olej (5g), <b>ziemniaki (150g), surówka z kapusty kiszonej:</b> kapusta kiszona (70g), marchew (30g), cebula (10g), olej (10g), cukier (2g), sól (1g). Owoc (150g) Kompot wieloowocowy (200 ml), cukier (3g). A: /1; 3; 4; 7; 9; /	<b>Barszcz czerwony:</b> włoszczyzna (100 g), buraki (100 g), mięso drobiowe (15 g), ziemniaki (150 g), sól (1 g), śmietana 18% (10g), pieprz, przyprawy, natka, koper. <b>Naleśniki z białym serem podane z jogurtem naturalnym:</b> ser twarogowy półtłusty (120 g), jaja kurze (15 g), mąka (60 g), cukier (10 g), jogurt naturalny (50 g), Napar z mięty (200 ml), cukier (3g). A: /1; 3; 7; 9; /
Podwieczorek	<b>Bułeczka z nutellą:</b> bułeczka (35g), nutella (5g). Herbata z cytryną (cukier 5g) (200ml). A: /1; 7; /	<b>Ciasto drożdżowe (50g), sok jabłkowy (150ml)</b>  /1; 3; 7; /	<b>Kisiel truskawkowy (150g), słomka ptysiowa (30g)</b>  Herbata z cytryną (cukier 5g) (200ml). A: /1; 3; 7; /	<b>Chałka z masłem:</b> chałka (65g), masło (5g).  Herbata z cytryną (cukier 5g) (200ml). /1; 7; /	<b>Kanapka z wędliną i warzywami:</b> bułeczka (35g), masło (5g), polędwica sopocka (20g), warzywa. Herbata z cytryną (cukier 5g) (200ml). A: /1; 7; /

**OZNACZENIE NUMERYCZNE ALERGENÓW WYSTĘPUJĄCYCH W POSIŁKACH:** 1. GLUTEN; 2. SKORUPIAKI; 3. JAJA; 4. RYBY; 5. ORZESZKI ZIEMNE; 6. SOJA; 7. MLEKO; 8. ORZECHY; 9. SELER; 10. GORCZYCA; 11. SEZAM; 12. DWUTLENEK SIARKI I SIARCZANY; 13. ŁUBIN; 14. MIĘCZAKI. Do przygotowywania posiłków używane są przyprawy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, kwas cytrynowy, cukier waniliowy. Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczyca.