

	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE	Herbata Pieczywo bezglutenowe Masło Ser żółty Ogórek kiszony	200ml 50g 10g 20g 30g	Kakao Pieczywo bezglutenowe Masło Pasta jajeczna Dżem truskawkowy Papryka czerwona	200ml 50g 10g 30g 20g 30g	Herbata malinowa Pieczywo bezglutenowe Masło Pasta rybna Twarożek ze szczypiorkiem	200ml 50g 10g 20g 20g 20g	Kawa (INKA) zbożowa Pieczywo bezglutenowe Masło Pasta z ciecierzycy i papryki Ogórek, szynka drobiowa	200ml 50g 10g 30g 50g 20g	Herbata Pieczywo bezglutenowe Masło Pasta jajeczna Ser żółty Pomidor	200ml 50g 10g 30g 20g 20g
II ŚNIADANIE	Wafle ryżowe Suszone owoce	20g 40g	Deser kokosowy z chia i kiwi,papryka	150g 20g	Serek waniliowy Banan	100g 50g	sałatka owocowa,wafle ryżowe	100g 20g	mandarynka	100g 60g
OBIAD	zupa ogórkowa	200ml	Zupa neapolitańska	200ml	Zupa pomidorowa z ryżem	200ml	Zupa fasolowa	200ml	Zupa jarzynowa	200ml
	Spaghetti bolognese	190g	Ryż z kurczakiem w sosie pomarańczowym	130g	Pałki z kurczaka w sosie BBQ Ziemniaki Surówka colesław	210g	Płacki ziemniaczane z gulaszem węgierskim	250g	Ryba pieczona na parze Ziemniaki Surówka	100g 80g 60g
PODWIECZOREK	Jabłko	60g	Banan	60g	Krażki ananasa	60g	Jabłko	50g	Gruszka	60g

Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011 z dnia 25 października 2011r.	Opracowano przez dietetyka Karolinę Gorzkiewicz-Drzymalską
1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne, 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne, 6. Soja i produkty pochodne, 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, migdały	
9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczany, 13. Łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne	

	SKŁADNIKI	SKŁADNIKI	SKŁADNIKI	SKŁADNIKI	SKŁADNIKI
ŚNIADANIE	Herbata czarna, woda, cukier	Herbata czarna, woda, cukier	Herbata malinowa, woda, cukier	Kakao: miazga kakaowa, cukier, tłuszcz kakaowy,	Herbata czarna, woda, cukier
II ŚNIADANIE	Jabłko	Papryka	serek waniliowy, banan	Sałatka owocowa: melon, winogrono, jabłko,	
I DANIE	Wywar warzywny: marchewka, por, pietruszka, ŚMIETANA 30%: ŚMIETANKA , emulgator E471, substancja zagęszczająca (karagen), regulator kwasowości (cytryniany sodu)	Włoszczyzna: marchewka, por, SELER Serek topiony: woda, SERY 30%, oleje roślinne (palmowy, shea), sole emulgujące (E331, E339, E450, E452), MLEKO w proszku odtłuszczone, białko grochu, skrobia, aromat, substancje zagęszczające (karagen, karboksymetylceluloza, Makaron bezglutenowy woda ŚMIETANA 30%: ŚMIETANKA , emulgator E471, substancja zagęszczająca (karagen), regulator kwasowości (cytryniany sodu)	Włoszczyzna: marchewka, por, SELER Koncentrat pomidorowy Cukier Ryż basmati, śmietana 30%,przyprawy	Włoszczyzna: marchew, por, SELER Pieprz Sól Papryka wędzona Papryka słodka	Włoszczyzna: marchew, por, pietruszka, SELER Kalafior Brokuł Ziemniaki Sól Pieprz ŚMIETANA 30%: ŚMIETANKA , emulgator E471, substancja zagęszczająca (karagen), regulator kwasowości (cytryniany sodu)
II DANIE	Makaron bezglutenowy Mięso wieprzowe z szynki Passata pomidorowa Koncentrat pomidorowy Cukier Sól Pieprz	Świeże polędwiczki z kurczaka Sok pomarańczowy 100% Marchew Por SELER Ryż basmati	Noga z kurczaka Sól Pieprz Cukier Ketchup: koncentrat pomidorowy, ocet, cukier, sól, Papryka słodka Papryka wędzona Czosnek Oregano Ziemniaki Colesław: kapusta biała, marchewka, pietruszka,	Płacki ziemniaczane: ziemniaki 88%, cebula 10%, skrobia ziemniaczana, ryżowa Mięso wieprzowe Cebula Papryka Fasolka szparagowa Majeranek Sól Koncentrat pomidorowy	Paluszki RYBNE : Panierka (mąka PSZENNA , sól, przyprawy, drożdże), filety z MINTAJA 53% , mąka PSZENNA , olej rzepakowy, grysik ryżowywoda, skrobia ziemniaczana, sól (Może zawierać SKORUPIAKI, JAJA, SOJĘ, MLEKO , Surówka z kapusty kiszonej: kapusta kiszona, pietruszka zielona, marchewka, cukier, olej rzepakowy, koperek
PODWIECZOREK	Jabłko	Banan	Jogurt owocowy: MLEKO , cukier, białka MLEKA ,	Jabłko	Gruszka