

PONIEDZIAŁEK

Śniadanie

Klasyczne kakao na mleku z miodem [200 g] **(zawiera mleko)**
Chleb wieloziarnisty, chleb graham [35 g] **(zawiera gluten)**
Masło ekstra [5 g] **(zawiera mleko)**
Szynka drobiowa (Sokoliki) [20g]
Twarożek grani naturalny [20g] **(zawiera mleko)**
Pomidorki koktajlowe [20g], Ogórek [20g]
Sałata lodowa [8 g]
Herbata miętowa, napar bez cukru [200 g]

Zupa + Deser

Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze warzywnym, zabieleną [200 g] **(zawiera gluten, mleko, seler)**
Sałatka owocowa (mango, pomarańcza, ananas) [150 g]
Woda z cytryną [200 g]

II Danie

Eskalopki z kurczaka duszone w sosie własnym [100 g] **(zawiera gluten)**
Ziemniaki z koperkiem [120 g]
Gotowany brokuł z masłem [50 g] **(zawiera mleko)**
Kompot jabłko-wiśnia bez cukru [200 g]

Przekąska

Gruszka [100 g]

WTOREK

Śniadanie

Zupa + Deser

II Danie

Przekąska

ŚRODA

Śniadanie

Kasza manna na mleku z sosem pomarańczowym [200 g] **(zawiera gluten, mleko)**
Chleb pszenno-żytni, chleb razowy [35 g] **(zawiera gluten)**
Masło ekstra [5 g] **(zawiera mleko)**
Parówki z szynki (Dolina Dobra) [20 g]
Ser, gouda żółty [20 g] **(zawiera mleko)**
Pomidorki koktajlowe [20 g], Rzodkiewka [20 g]
Sałata lodowa [8 g], Ketchup [10 g]
Herbata rooibos, napar bez cukru [200 g]

Zupa + Deser

Zupa krem z pieczonej dyni z grzankami razowymi na wywarze warzywnym, bez zabielenia [200 g] **(zawiera gluten, seler)**
Serek naturalny z domową granolą i sosem truskawkowym-wyrób własny [150 g] **(zawiera gluten, mleko, orzechy)**
Woda z cytryną [200 g]

II Danie

Gulasz ze schabu z papryką, marchewką i cukinią w sosie pomidorowym [100 g]
Ryż biały z natką pietruszki [100 g]
Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, ogórkiem i kukurydzą z dressingiem z oliwy z oliwek [50 g]
Kompot jabłko-gruszka bez cukru [200 g]

Przekąska

Banan [100 g]

CZWARTEK

Śniadanie

Jaglanka na mleku z sosem malinowym [200 g] **(zawiera mleko)**
Chleb razowy, bułka kajzerka [35 g] **(zawiera gluten)**
Masło ekstra [5 g] **(zawiera mleko)**
Jajecznica na maśle klarowanym [30 g] **(zawiera jaja, mleko)**
Dżem truskawkowy, niskosłodzony [10 g]
Ogórek [20 g], Papryka czerwona [20 g]
Sałata rzymska [8 g], Kiełki rzodkiewki [2g]
Herbata owocowa, napar bez cukru [200 g]

Zupa + Deser

Zupa porowa z ziemniakami i marchewką na wywarze warzywnym, zabieleną [200 g] **(zawiera gluten, seler)**
Czekoladowo-bananowy krem na bazie jogurtu naturalnego z biskopem-wyrób własny [150 g] **(zawiera mleko, gluten, jaja)**
Woda z cytryną [200 g]

II Danie

Filet z kurczaka w panierce z otrębów pszennych [100 g] **(zawiera gluten, jaja)**
Kasza jęczmienna pęczak z natką pietruszki [100 g] **(zawiera gluten)**
Surówka z tartych buraczków z cebulą i oliwą z oliwek [50 g]
Kompot truskawka-malina bez cukru [200 g]

Przekąska

Pomarańcza-cząstki [100 g]

PIĄTEK

Śniadanie

Ryzanka na mleku z sosem borówkowym [200 g] **(zawiera mleko)**
Chleb żytni-jasny, chleb razowy [35 g] **(zawiera gluten)**
Masło ekstra [5 g] **(zawiera mleko)**
Pasztecik z kurczaka z pomidorkami suszonymi i jogurtem naturalnym-wyrób własny [20 g] **(zawiera mleko)**
Ser, mozzarella w kostce [20 g] **(zawiera mleko)**
Rzodkiewka [20 g], Pomidor czerwony [20 g]
Sałata lodowa [8 g], Szczypiorek [2 g]
Herbata rumiankowa, napar bez cukru [200 g]

Zupa + Deser

Barszcz ukraiński z fasolą Jaś, ziemniakami i kapustą na wywarze warzywnym, bez zabielenia [200 g] **(zawiera seler)**
Koktajl owocowy (banan, porzeczka, malina) na bazie kefiru [150 g] **(zawiera mleko)**
Woda z cytryną [200 g]

II Danie

Dorsz soute pieczony w piecu konwekcyjnym [100 g] **(zawiera rybę, gluten)**
Pieczone ziemniaczki [120 g]
Surówka colesław z białej kapusty, marchewki i dressingiem jogurtowym [50 g] **(zawiera mleko)**
Kompot jabłko-śliwka bez cukru [200 g]

Przekąska

Jabłko [100 g]

ZAZNACZONO ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSILKACH ZGODNIE Z ROZPORZĄDZENIEM 1169/2011 Z DNIA 25 PAŹDZIERNIKA 2011.: dania zaproponowane w jadłospisie zostały przygotowane w oparciu o składniki mogące zawierać w swoim składzie substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji takie jak: 1.zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3.jaja i produkty pochodne, 4.ryby i produkty pochodne, 5.orzeszki ziemne, 6.soje 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. lubin i produkty pochodne, 14. Młczaki i produkty pochodne. Informujemy, że istnieje możliwa obecność powyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

WSZYSTKIE HERBATKI I NAPOJE Z DODATKIEM MLEKA SĄ SŁODZONE MIODEM NATURALNYM LUB NIE ZAWIERAJĄ CUKRU.
Uwaga. Ze względu na dostępność lub brak niektórych produktów mogą nastąpić drobne zmiany w jadłospisie.