

PONIEDZIAŁEK

Śniadanie

Jaglanka na mleku [200 g] **(alergeny: mleko)**
Chleb wiejski, bułka grahamka [35 g] **(alergeny: gluten)**
Masło ekstra [5 g] **(alergeny: mleko)**
Ser twarogowy półtłusty [20 g] **(alergeny: mleko)**
Dżem truskawkowy, niskosłodzony [20 g]
Ogórek [20g], Pomidor [20g]
Sałata lodowa [5 g]
Herbata rumiankowa, napar bez cukru [200 g]

Zupa + Deser

Wiosenna zupa z fasolką szparagową, ziemniakami na wywarze warzywnym, zabielenia [200 g] **(alergeny: mleko, seler)**
Jogurt naturalny z miodem i biszkoptem [150 g] **(alergeny: gluten, mleko, jaja)**
Woda z cytryną [200 g]

II Danie

Gulasz ze schabu wieprzowego (w kostkę) duszony z cukinią, papryką i marchewką w sosie pomidorowym [100g] **(alergeny: gluten)**
Kasza jęczmienna pęczak z natką pietruszki [100 g] **(alergeny: gluten)**
Surówka z selera, marchewki, kukurydzy z dressingiem z oliwy z oliwek [50 g] **(alergeny: seler)**
Kompot jabłko-gruszka bez cukru [200 g]

Przekąska

Jabłko [100 g]

WTOREK

Śniadanie

Klasyczne kakao na mleku z miodem [200 g] **(alergeny: mleko)**
Chleb żytni-jasny, chleb razowy [35 g] **(alergeny: gluten)**
Masło ekstra [5 g] **(alergeny: mleko)**
Pierś z kurczaka pieczona w ziołach-wyrób własny [40 g]
Pomidorki koktajlowe [20 g],
Ogórek kiszony [20 g]
Sałata karbowana [5 g]
Herbata zielona, napar bez cukru [200 g]

Zupa + Deser

Zupa pieczarkowa z ziemniakami, marchewką na wywarze warzywnym, zabielenia [200 g] **(alergeny: mleko, seler)**
Naturalne masło orzechowe z waflem ryżowym [50 g] **(alergeny: gluten, orzechy)**
Woda z cytryną [200 g]

II Danie

Pierogi leniwe na słodko skropione masłem [150 g] **(alergeny: gluten, jaja, mleko)**
Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek [50 g]
Kompot malina-truskawka bez cukru [200 g]

Przekąska

Marchew, papryka, ogórek-słupki [100 g]

ŚRODA

Śniadanie

Kasza manna na mleku z syropem owocowym [200 g] **(alergeny: gluten, mleko)**
Chleb pszenno-żytni, chleb graham [35 g] **(alergeny: gluten)**
Masło ekstra [5 g] **(alergeny: mleko)**
Pasta z tuńczyka i jajka z jogurtem naturalnym-wyrób własny [20 g] **(alergeny: ryba, jaja, mleko)**
Ser, mozzarella w kostce [20 g] **(alergeny: mleko)**
Ogórek [20 g], Rzodkiewka [20 g]
Sałata rzymska [5 g]
Herbata owocowa, napar bez cukru [200 g]

Zupa + Deser

Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym na wywarze warzywnym, bez zabielenia [200 g] **(alergeny: gluten, jaja, seler)**
Ciasto drożdżowe z kruszonką-wyrób własny [50 g] **(alergeny: gluten, jaja, mleko)**
Woda z cytryną [200 g]

II Danie

Eskalopki drobiowe pieczone z sosem koperkowym [100 g] **(alergeny: gluten, mleko)**
Kasza kuskus perłowy z natką pietruszki [100 g] **(alergeny: gluten)**
Surówka coleslaw z białej kapusty, marchewki z dressingiem jogurtowym [50 g] **(alergeny: mleko)**
Kompot jabłko-porzeczka bez cukru [200 g]

Przekąska

Gruszka [100 g]

CZWARTEK DZIEŃ WEGE

Śniadanie

Owsianka na mleku z prażonymi jabłkami i cynamonem [200 g] **(alergeny: gluten, mleko)**
Chleb razowy, bułka kajzerka [35 g] **(alergeny: gluten)**
Masło ekstra [5 g] **(alergeny: mleko)**
Pasta z pieczonej ciecierzycy i suszonych pomidorów-wyrób własny [20 g] **(alergeny: sezam)**
Ser, gouda żółty [20 g] **(alergeny: mleko)**
Papryka żółta [20 g],
Pomidorki koktajlowe [20 g]
Szpinak [5 g]
Herbata miętowa, napar bez cukru [200 g]

Zupa + Deser

Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym, zabielenia [200 g] **(alergeny: mleko, seler)**
Czekoladowy budyń na mleku-wyrób własny [150 g] **(alergeny: mleko)**
Woda z cytryną [200 g]

II Danie

Nuggetsy z brokuła i ciecierzycy pieczone w panierce z płatków kukurydzianych [100 g] **(alergeny: gluten, jaja)**
Makaron farfalle z natką pietruszki [100 g] **(alergeny: gluten)**
Gotowana marchewka i groszek z masłem i bułką tartą [50 g] **(alergeny: gluten, mleko)**
Kompot jabłko-rabarbar bez cukru [200 g]

Przekąska

Banan [100 g]

PIĄTEK

Śniadanie

Kawa zbożowa na mleku [200 g] **(alergeny: gluten, mleko)**
Chleb pszenno-żytni, chleb razowy [35 g] **(alergeny: gluten)**
Masło ekstra [5 g] **(alergeny: mleko)**
Szynka drobiowa (Sokoliki) [30 g]
Serek naturalny kanapkowy [20 g] **(alergeny: mleko)**
Rzodkiewka [20 g], Ogórek [20 g]
Sałata lodowa [5 g]
Herbata rooibos, napar bez cukru [200 g]

Zupa + Deser

Zupa krem z brokuła, cukinii i szpinaku z grzankami razowymi na wywarze warzywnym, bez zabielenia [200 g] **(alergeny: gluten, seler)**
Kisiel owocowy (jabłko, wiśnia)-wyrób własny [150 g]
Woda z cytryną [200 g]

II Danie

Paluszki rybne w panierce pieczone w piecu konwekcyjnym [100 g] **(alergeny: ryba, gluten, jaja)**
Puree ziemniaczane [120 g] **(alergeny: mleko)**
Surówka z ogórka zielonego pokrojonego w plastry, kukurydzą, szczypiorkiem i oliwą z oliwek [50 g]
Kompot jabłko-wiśnia bez cukru [200 g]

Przekąska

Jabłko [100 g]