|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| **PONIEDZIAŁEK** | Płatki ryżowe na **mleku,** chleb pszenny**( mąka pszenna)** , chleb orkiszowy**( mąka pszenna, żytnia)**, masło**(śmietanka)**,ser żółty  **( mleko**), pomidor, rzodkiewka, sałata, ogórek zielony, polędwica sopocka**( soja, gorczyca, mleko),** żurawina suszona**,** herbata z miodem i cytryną | Zupa (jarzynowa( **seler, mleko**,) bitka wieprzowa, kasza pęczak, surówka z kiszonego ogórka  kompot owocowy | Koktajl malinowy (**mleko**) **,** wafle tortowe **( mąka pszenna)**, herbata |
| **WTOREK** | chleb pszenny**( mąka pszenna)** , chleb żytni **( mąka pszenna, żytnia)**, masło**(śmietanka)**, pomidor, rzodkiewka, sałata, ogórek zielony, wędlina drobiowa**( soja, gorczyca, mleko) jajko ,**kawa **zbożowa** z **mlekiem ,** banan | Porowa**( seler, mleko**) z  **(mąka pszenna)** Kotleciki z indyka **( mąka pszenna, jajko)** z ziemniakami, marchewka z groszkiem ,kompot owocowy | Mus jabłkowy, podpłomyki ( **mąka pszenna** ) |
| **ŚRODA** | płatki kukurydziane na **mleku,** chleb pszenny**( mąka pszenna)** , chleb orkiszowy**( mąka pszenna, żytnia)**, masło**(śmietanka)** **ser kanapkowy ( mleko),**szynka **( soja, gorczyca, mleko),** ogórek, papryka, pomidor**,** herbata z miodem i cytryną | Brokułowa **(seler, mleko)** Łazanki**( mąka pszenna)** z kapustą i mięsem ,kompot owocowy | Chałka  ( **mleko, mąka pszenna )**  z dżemem |
| **CZWARTEK** | chleb pszenny**( mąka pszenna)** , chleb orkiszowy**( mąka pszenna, żytnia)**, masło**(śmietanka)**, mozarella  **( mleko)**, pomidor, rzodkiewka, sałata, ogórek zielony, szynka z indyka  **( soja, gorczyca, mleko),** kakao  **( mleko, kakao)** | Koperkowa **(mleko, seler)** Kotleciki jajeczno- kalafiorowe **( jajko, mąka pszenna )** , ziemniaki, surówka z marchewki z porem i pestkami dyni, kompot owocowy | Jogurcik owocowy( **mleko)** wafle kukurydziane |
| **PIĄTEK** | Kasza manna na **mleku,** chleb pszenny**( mąka pszenna)** , chleb orkiszowy**( mąka pszenna, żytnia)**, masło**(śmietanka)**,ser żółty **( mleko**), pomidor, rzodkiewka, sałata, ogórek zielony, schab  **( soja, gorczyca, mleko), herbata** | Zacierkowa ( **seler, mąka pszenna jajko)** Pulpeciki rybne, **(ryba, jajka, mąka pszenna )**, z ziemniakami, surówka z białej kapusty , kompot owocowy | Serniczek **( mleko, jajka, mąka pszenna )** |