



02.10. – 06.10.



Poniedziałek

Wtorek

Środa

Czwartek

Piątek

Śniadanie	Pieczywo mieszane-razowe, pszenno-żytnie ( 60 g) z masłem ( 10 g), pasztet drobiowy (20g), szynka dębowa (20g), ogórek małosolny- wyrób własny (5g), herbatka owocowa (200 ml)1,3,11,*	Pieczywo mieszane-razowe, pszenno-żytnie (60 g) z masłem (10 g), jajecznica ze szczypiorkiem (30 g), polędwica miodowa (20 g), sałata, herbatka z cytryną (200 ml)1,3,11,*	Pieczywo mieszane-razowe,pszenno-żytnie (60 g) z masłem (10 g), szynka Gerwazego(20 g), żółty ser (20g), ogórek zielony (5 g), kakao (200 ml)1,7,11,*	Pieczywo mieszane-razowe, graham,pszenno-żytnie (30 g) z masłem (5g), mleko 2% (200 ml), płatki zbożowe (15g), dżem wiśniowy (20g), herbata z cytryną (200 ml) 1,3,7,11,*	Pieczywo mieszane-razowe, graham,pszenno-żytnie(60g),z masłem(10g), szynka z indyka (20g), sałatka warzywna – wyrób własny (30 g),herbatka owocowa (200ml)1,3,11,*
II śniadanie	Przy dietach eliminacyjnych : bez glutenu, laktozy i jaj  Banan ½ szt.	Przy dietach eliminacyjnych :bez glutenu,laktozy  Kartka do chrupania (100g) Chrupki kukurydziane (5g)	Przy dietach eliminacyjnych : bez glutenu laktozy, jaj  Brzoskwinia (100g)	Przy dietach eliminacyjnych:bez glutenu, laktozy  Jabłko – 1 szt.	Przy dietach eliminacyjnych: bez glutenu, laktozy  Gruszka ½ szt. Żurawina
Obiad	Krem z zielonego groszku na bulionie ze świeżych warzyw (8) 200ml  Makaron spaghetti z sosem pomidorowym, cukinią i soczewicą czerwoną 170g (1,2)  Kompot jeżynowy  <i>W jadłospisie zastrzeżone są prawa do zmian.</i>	Rosół z kury na bulionie ze świeżych warzyw z makaronem (1,8) 200ml  Nuggetsy z kurczaka w panierce z siemienia lnianego i płatków jaglanych60g, ryż paraboliczny 120g, marchewka z groszkiem 50g  Kompot jabłkowy	Zupa pomidorowa z ryżem na bulionie ze świeżych warzyw (8) 200ml  Pulpety wieprzowe w sosie pieczeniowym 70g, kasza gryczana 110g, surówka z kiszanej kapusty 50g  Kompot wieloowocowy	Zupa ogórkowa na bulionie ze świeżych warzyw (8) 200ml  Panierowany filet z kurczaka60g, ziemniaki z pary 120g z pary, surówka z marchwi i jabłka 50g(1,2)  Kompot truskawkowy	Zupa jarzynowa na bulionie ze świeżych warzyw (8) 200ml Nuggetsy rybne z dorsza60g, ziemniaki puree 110g, surówka z białej kapusty z marchewką, koperkiem i oliwą z oliwek 50g(1,2,3) Kompot wiśniowy
Podwieczorek	Zacierka na mleku 2% (150ml)	Kisiel truskawkowy z wiórkami kokosowymi(150ml) 4	Wafel ryżowy z dżemem niskosłodzonym – 1 szt.  1,3,7,11,*	Ciasteczka zbożowe (10g) 1,3,7,11,*	Chałka z masłem (30g) 1,3,7,11,*

