

Posiłek	Poniedziałek 8.07.2024	wtorek 9.07.2024	środa 10.07.2024	czwartek 11.07.2024	piątek 12.07.2024
Śniadanie	ser żółty GOUDA, ogórek zielony, masło extra 82%, chleb sitkowy	Pancakes – placuszki biszkoptowe na mleku, dżem wiśniowy niskosłodzony, jogurt naturalny	pasta rybna z czerwoną fasolą, pierś z indyka gotowana, pomidor, masło extra 82%, chleb sitkowy	pasztet drobiowo-wieprzowy z warzywami, papryka, masło extra 82%, chleb słonecznikowy	płatki ryżowe z mlekiem, ser żółty GOUDA, ogórek zielony, masło extra 82%, chleb pytlowy
	<i>gluten (pszenica, żyto), mleko</i>	<i>gluten (pszenica), mleko, jaja</i>	<i>gluten (pszenica, żyto), mleko, jaja, ryba</i>	<i>gluten (pszenica, żyto), mleko, jaja</i>	<i>gluten (pszenica, żyto), mleko</i>
	40g/20g/10g/60g	3 szt/15g/20g	20g/20g/20g/10g/60g	40g/20g/10g/60g	150ml/30g/20g/10g/60g
	herbata rooibos, bez cukru	herbata owocowa, bez cukru	herbata rooibos, bez cukru	kawa zbożowa z mlekiem	herbata rooibos, bez cukru
	150 ml	150 ml	150 ml	<i>mleko, gluten (jęczmień, żyto)</i> 150 ml	150 ml
Obiad	zupa jarzynowa z ziemniakami	grochówka z kielbaską i ziemniakami	zupa ogórkowa z ogórków małosolnych	zupa pomidorowa z makaronem nitki	krem z zielonych warzyw z grzankami
	<i>mleko, seler</i>	<i>seler, gluten (pszenica), soja</i>	<i>mleko, seler</i>	<i>mleko, seler, gluten (pszenica)</i>	<i>mleko, seler, gluten (pszenica)</i>
	250 ml	250 ml	250 ml	250 ml	250 ml
	ryż paraboliczny z prażonym jabłkiem i jogurtem naturalnym	nuggetsy z kurczaka w panierce, młode ziemniaki z koperkiem, kalafior gotowany z masłem i prażoną bułką	sos bolognese z mięsem z szynki z bazylią i makaronem	paluszki rybne z pieca, młode ziemniaki z koperkiem, surówka coleslaw	gulasz warzywny z kolorową papryką i cukinią, kasza gryczana
	<i>mleko</i>	<i>gluten (pszenica), jaja, mleko</i>	<i>gluten (pszenica), seler</i>	<i>gluten (pszenica), jaja, ryba</i>	<i>gluten (pszenica)</i>
140g/100g/50g	80g/140g/80g	100g/140g	80g/140g/80g	100g/140g	
kompot wieloowocowy	kompot wieloowocowy	kompot wieloowocowy	kompot wieloowocowy	kompot wieloowocowy	
150 ml	150 ml	150 ml	150 ml	150 ml	
Podwieczorek	banan	kanapka z serem żółtym, masłem i ogórkiem zielonym	serek brzoskwińowo-bananowy z płatkami kukurydzianymi	arbuz, wafel ryżowy	domowe ciasto czekoladowe z malinami
	1 szt (120g)	<i>gluten (pszenica, żyto), mleko</i> 1 szt (55g)	<i>gluten (pszenica), mleko</i> 100g, 15g	1 szt (150g), 1 szt	<i>gluten (pszenica), jaja</i> 1 szt (80g)