

	poniedziałek 01.2024	wtorek 02.01.2024	środa 03.01.2024	czwartek 04.01.2024	piątek 05.01.2024
śniadanie		Kakao naturalne na mleku-200 ml :Mleko2%-200ml ,Kakao naturalne-2% Bułka grahamka i pasta jajeczna ,masło-6g , rzodkiewka-20g, jajko , jogurt naturalny cukier-5g	Płatki owsiane na mleku-200 ml kanapki z pasztetem i ogórkiem kiszonym; mleko2%-200ml , Płatki owsiane-15g , masło-6g , chleb razowy-30g , pasztet-15g , ogórek kwaszony-20g ,herbata z cytryna-200ml , cukier-5g cytryna-1g	Kawa zbożowa na mleku200 ml; mleko2%-200ml kawa inka-1g , Kanapki z szynką wieprzową masło-6g ,szynka wieprzowa-30g pomidor-20g , cukier-5g , bułka wrocławska	Kanapki z żółtym serem i papryką mleko ;chleb pszenno-żytni-35g , masło-6g ser żółty-15g ,papryka czerwona-10g, mleko2%-200ml cukier-5g
obiad		Rosół makaronem 250 ml; udziec z indyka b/k-25g , Filet z kurczaka-25g marchewka-15g , pietruszka-10g seler-7g , makaron lubella40g , cebula , przyprawy (ziele angielskie , liść laurowy pieprz czarny mielony , sól)	Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami 250 ml. Kiszona kapusta , szynka b/k-15g , marchewka , pietruszka , seler , koper , koncentrat pomidorowy , przyprawy , ziemniaki	Zupa pieczarkowa 250 ml z ziemniakami; udziec z indyka-20g , marchewka-15g , pietruszka-10g seler-10g , śmietana18%-10g , pieczarki , ziemniaki-50g , przyprawy (ziele angielskie , liść laurowy pieprz czarny mielony , sól)	Zupa fasolowa z ziemniakami 250 ml ; fasola Jaś-18g , seler-7g , udziec z indyka 15g ,ziemniaki-50g marchewka15g , pietruszka-7g , majeranek , mąka pszenna przyprawy (ziele angielskie , liść laurowy pieprz czarny mielony , sól)
		Ziemniaki z mięsem duszonym z rosółu kapusty pekińskiej , kompot ; ziemniaki-150g, filet z kurczaka-60g ,olej rzepakowy	Ziemniaki z udkiem pieczonym , surówka z kapusty pekińskiej ; pałka z kurczaka , ziemniaki , kapusta pekińska , cebula , jabłko , przyprawy (majeranek	Kasza gryczana z sosem mięsny , buraczki na ciepło ;Kasza gryczana-40g , szynka b/k-60g cebula ,olej rzepakowy-6g przyprawy do	Ziemniaki z rybą z pieca; ryba miruna-60g , jajko ,bułka tarta ,koperek , mąka pszenna-5g ,śmietana18%-5g

		,cebula , marchew-20g , jabłko-20g ,kapusta pekińska -60g mieszanka wieloowocowa-200 ml (agrest ,truskawka , aronia , porzeczka czarna i czerwona)	, pieprz czarny mielony , liść laurowy , ziele angielskie) kompot wieloowocowy 200ml. (agrest , truskawki , porzeczka czarna i czerwona aronia)	smaku , burak czerwony-70g , masło-4g , mąka pszenna- 4g , mieszanka wieloowocowa-200 ml (agrest ,truskawka , aronia , porzeczka czarna i czerwona)	surówka marchew-jabłko , marchewka -60g, cebula , jabłko-60g ,mieszanka wieloowocowa-200 ml (agrest ,truskawka , aronia , porzeczka czarna i czerwona)
podwieczorek		Jogurt owocowy 120 g wafle ryżowe-15g	Jogurt naturalny 150g ,	Jogurt owocowy 120g , jabłko-szt	Jogurt naturalny 150g Gruszka-szt

Nazwy alergenów w posiłkach zostały pogrubione

PRODUKTY ZAWIERAJĄCE ALERGENY

Mleko krowie , Jaja , Ryby , Skorupiaki Pszenica , Jęczmień , Owies , Żyto , Orzechy (laskowy , włoskie , nerkowca , pistacja , makadamia , pekan , brazylijskie , migdały)
Orzeszki ziemne , Soja , Sezam , Seler , Gorczyca , Łubin , Mięczaki , Dwutlenek siarki i siarczanu w stężeniu 10mg/kg lub 10mg/l