|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DATA** | **ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| **05.11.**  **PN** | **Zupa mleczna** (mleku 2% ,gluten) **makaron zacierka. Pieczywo pełnoziarniste z masłem** **82%, sałata, szynka, ogórek zielony, herbata z cytryną i miodem/cukier.** | **Fasolowa z ziemniakami, pieczywo** (wywarmięsny, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, fasola kiełbasa śląska[[1]](#endnote-2), cebula, mąka pszenna pieczywo). **Makaron z serem** (makaron 100% Durum, twaróg półtłusty**, sok, baton zbożowy.** | **Pieczywo pszenne z masłem 82%, wędlina, sałata, pomidor, herbata z cytryną i miodem/cukier.** |
| **06.11.**  **WT** | **Pieczywo razowe z masłem 82% (**(gluten) **jajko ze szczypiorkiem** (jaja kurze, szczypior**) , papryka czerwone, kakao** (gluten ,mleko 2%), **herbata z cytryną i miodem/cukier.** | **Kalafiorowa z ziemniakami** (wywar wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kalafior, ziemniaki , śmietana Jogo 18%, **). Ziemniaki z koperkiem, kotlet schabowy panierowany** (schab, bułka tarta, jaja kurze, ziemniaki) **marchewka z groszkiem** ( marchew, groszek konserwowy 70%, masło 82%) **kompot, owoc.** | **Kefir, bułka jagodzianka, herbata z cytryną i miodem/ cukier** |
| **07.11.**  **ŚR** | **Płatki kukurydziane na mleku** ( mleko 2%). **Bułka wieloziarnista z masłem 82%** (gluten**) , dżem herbata z cytryną i miodem/cukier. Grejpfrut 1/2** | **Kapuśniak z ziemniakami** ( wywar mięsny, pietruszka, seler, marchew, kapusta kwaszona, ziemniaki , majeranek **). Gulasz wołowy z warzywami, kasza jęczmienna** (wołowina, mąka pszenna, kasza jęczmienna śmietana Jogo 18%, czosnek) **sok.** | **Pieczywo razowe żytnie z masłem 82%** (gluten**), sałata, wędlina, pomidor, herbata z cytryną i miodem/cukier.** |
| **08.11.**  **CZW** | **Bułka śniadaniowa z masłem 82%** (gluten**), pasztet sojowy, kawa mleczna Inka** (jęczmień, żyto) **herbata z cytryną i miodem/cukier. Rzodkiewka** | **Zupa owocowa z makaronem (**owoce mieszane śmietana Jogo 18%, mąka pszenna, makaron pełnoziarnisty) **Ziemniaki z koperkiem, gołąbki Chińskie, w sosie pomidorowym** ( mięso mielone z szynki, mięso mielone wieprzowe, kapusta pekińska, mąka pszenna, cebula, ziemniaki) **sok, owoc.** | **Pieczywo pszenne/żytnie z masłem 82 %**(gluten) **sałata, wędlina, ogórek zielony, herbata z cytryną miód/cukier** |
| **09.11.**  **PT** | **Pieczywo wieloziarniste z masłem 82%** (gluten**), pasta z makreli** (gluten, ryba makrela, jaja kurze, ketchup), **kakao** (gluten, mleko 2%, soi)**, herbata z cytryną i miodem. Jabłko** | **Brokułowa z ryżem** ( wywar mięsny, marchew, pietruszka, seler, por, brokuł, ryż, śmietana Jogo18%, mąka pszenna) **Ziemniaki, paluszki rybne, surówka, woda źródlana,** | **Chleb razowy żytni/ pszenny z masłem 82%**(gluten**) wędlina, sałata, papryka czerwona, herbata z cytryną i miodem/cukier.** |

1. [↑](#endnote-ref-2)