

Poniedziałek 19.05	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
	Pieczywo(mąka) mieszane z masłem .	Żurek (gluten)z ziemniakami i mieszanką warzyw	Wafle ryżowe z polewą
	Kiełbasa szynkowa wieprzowa ,	na wędzonce z jajkiem ,zabielany śmietaną z	malinową
	pomidory ,zielony ogórek ,papryka	zieleninką. (seler)	jabłka
	kolorowa, rzodkiewka , sałata lodowa.	Pampuchy drożdżowe(gluten)	
	Płatki Sante kukurydziane z mlekiem .	z musem truskawkowym lub kakaowym.	
	Herbata owocowa ,miód i cytryna	Kompot : mieszanka kompotowa .	

ŚNIADANIE - 328 kcal : 38 g białka , 12 g tłuszczu , 38 g węglowodanów OBIAD - 598 kcal : 16g białka , 18 g tłuszczu , 94 g węglowodanów
 PODWIECZOREK - 182 kcal : 02 g białka , 18g tłuszczu , 14 g węglowodanów RAZEM : ok 1108 KCAL

Wtorek 20.05	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
	Pieczywo(mąka) mieszane z masłem .	Rosół z makaronem(mąka,jajka) przepiórczym	Ciasto (mąka,jajka) lane
	Jajecznica ze szczypiorkiem	na drobiu i mieszanką warzyw z zieleninką. (seler)	z borówkami amerykańskimi
	dżem truskawkowy ozc ,cukinia ,	Pałki z kurczaka opiekane w ziołach	arbuz
	ogórek zielony ,sałata mix ,pomidory	ziemniaki z koperkiem .	napój cytrynowy.
	Kawa zbożowa Anatol (mleko),	marchewka mini z masłem klarowanym	
	Herbata owocowa ,miód i cytryna.	Kompot: mieszanka kompotowa .	

ŚNIADANIE - 346 kcal : 32 g białka , 09 g tłuszczu , 38 g węglowodanów OBIAD - 538 kcal : 23 g białka , 08 g tłuszczu , 25 g węglowodanów
 PODWIECZOREK - 224 kcal : 11 g białka , 184g tłuszczu , 12 g węglowodanów RAZEM : ok 1198 KCAL

Środa 21.05	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
	Pieczywo(mąka) mieszane z masłem	Ogórkowa z ziemniakami i mieszanką warzyw	Maślanka naturalna
	Makrela w oleju roślinnym z ogórkiem	na drobiu zabielana śmietaną z zieleninką.(seler)	z kawałkami
	pomidory, papryka kolorowa ,	Kopytka ziemniaczane(gluten,jajka) z nadzieniem	truskawek świeżych
	rzodkiewka, ogórek zielony pomidory	morelowym z bitą śmietaną	paluchy kukurydziane
	Płatki Sante kakaowe ozc z mlekiem .	marchewka do chrupania	
	Herbata owocowa, miód i cytryna.	Kompot: mieszanka kompotowa .	

ŚNIADANIE - 338 kcal : 21g białka , 19 g tłuszczu , 38 g węglowodanów OBIAD - 576 kcal : 19 g białka , 18 g tłuszczu , 86 g węglowodanów
 PODWIECZOREK - 264 kcal : 12 g białka , 06 g tłuszczu , 02 g węglowodanów RAZEM : ok 1178 KCAL

Czwartek 22.05	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Pieczywo(mąka) mieszane z masłem .		Bukiet siedmiu warzyw z ziemniakami ,	Bułeczka z ziarnem (mąka)
Paszтет pieczony z kurczaka		z kapustą włoską na drobiu	z masłem
ser żółty gouda plastry, cukinia ,		zabielany śmietaną z zieleninką.(seler)	banany
pomidory , zielony ogórek, papryka		Makaron (mąka,jajka) razowy rurki	
czerwona , sałata rukola		gulasz z indyka w sosie	
Kakao (mleko),		kapusta czerwona z jabłkiem	
Herbata owocowa, miód i cytryna.		Kompot : mieszanka kompotowa .	

ŚNIADANIE - 347 kcal : 18 g białka , 326g tłuszczu , 38 g węglowodanów OBIAD - 578 kcal : 31 g białka , 12 g tłuszczu , 29 g węglowodanów
 PODWIECZOREK - 226 kcal : 02g białka , 02 g tłuszczu , 12 g węglowodanów RAZEM : ok 1151 KCAL

Piątek 23.05	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Pieczywo(mąka) mieszane z masłem .		Pietruszkowa z makaronem(mąka,jajka) muszelki	Mus jabłkowy 100%
Serek mascarpone z brzoskwinią		na drobiu zabielana śmietaną z zieleninką.	płatki kukurydziane
pomidor, papryka kolorowa ,		Miruna w panierce kukurydzianej (jajka)	
rzodkiewka , ogórek zielony.		ziemniaki z sypanym koperkiem .	
Płatki Sante kukurydziane na mleku.		sał. z kapusty młodej białej i marchewki i natki	
Herbata owocowa, miód i cytryna.		Kompot : mieszanka kompotowa .	

ŚNIADANIE - 367 kcal : 18g białka , 362g tłuszczu , 37g węglowodanów OBIAD - 545 kcal : 21 g białka , 19 g tłuszczu , 48 g węglowodanów
 PODWIECZOREK - 256 kcal : 11g białka , 17 g tłuszczu , 49 g węglowodanów RAZEM : ok 1168

INFORMACJA DLA RODZICÓW: Informacja o alergenach przekazana jest w oparciu o Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego I Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25.10.2011r. w sprawie przekazania konsumentom informacji na temat żywności.

ALERGENY: mleko i produkty pochodne , ziarna zbóż zawierające gluten , seler , jajka, ryby, orzechy