22-26.03.2021 r.

	śniadanie	obiad	podwieczorek
poniedziałek	zupa mleczna z kluskami 200 ml pieczywo mieszane 50 g masło 7 g polędwica sopocka 15 g ogórek 15 g herbata z cytryną 200 ml alergeny 1, 7, , kalorie 330 kcal	zupa fasolkowa z makaronem 250 ml (wywar drobiowo -warzywny, marchew, pietruszka) alergeny 1, 7, 9 mięso szarpane w sosie własnym 100 g kasza jęczmienna 200 g kapusta kiszona 100 g lemoniada cytrynowa 200 ml alergeny 1, 9, 10, kalorie 594 kcal	owoce do chrupania marchewka, jabłko, pomarańcza 120 g biszkopcik 2 szt alergeny 1, 3, kalorie 100 kcal
wtorek	pieczywo mieszane 50 g masło 5 g ser żółty 15 g jajko gotowane 25 g (0,5 szt) papryka w słupki 12 g herbarta miętowa 200 ml alergeny 1, 3, 7, kalorie 302 kcal	zupa ogórkowa z ziemniakami 250 ml (wywar wieprzowy -warzywny, marchew, seler, por) alergeny 7, 9, 10 kotlety a la gołąbki z kapustą z sosem pomidorowym 200 g ziemniaki surówka z buraczków 100 g Lemoniada malinowa, woda 200 ml alergeny 1, 3, 9, 10, kalorie 507 kcal	budyń śmietankowy z sosem owocowym 200 g alergeny 7 kalorie 213 kcal
środa	zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 ml pieczywo mieszane 50 g masło 5 g polędwica drobiowa 15 g dżem 15 g herbata wieloowocowa 200 ml alergeny 1, 7, 8, 9, kalorie 325 kcal	żurek na własnym zakwasie z jajkiem kiełbasą i śmietaną 250 ml (wywar wieprzowo - warzywny, marchew, pietruszka, seler, por) alergeny 1, 3, 9, 10, pulpety drobiowe (indyk, kurczak) w sosie warzywnym 120 g ryż 200 g kompot wieloowocowy 200 ml alergeny 1, 9, 10, kalorie 507 kcal	drożdżówka z kruszonką i owocami 60 g jabłko 45 g herbata z cytryną 200 ml alergeny 1, 3, 7 kalorie 136 kcal
czwartek	pieczywo mieszane 50 g masło 7 g wędlina wieprzowa 15 g ogórek kiszony 15 g pomidor 15 g herbata malinowa 200 ml alergeny 1, 7, 10 kalorie 305 kcal	zupa z buraka z groszkiem ptysiowym 250 ml (wywar warzywny, marchew, pietruszka, seler, por) alergeny 1, 7, 9 spagetti z mięsem mielonym wierzowym, marchewką i kukurydzą 100 g makaron 100 g ser żółty 10 g kompot jabłkowy 200 ml alergeny 1, 7, 9, kalorie 521 kcal	kasza manna z sosem z sosem truskawkowym 130 g banan 60 g alergeny 1, 7 kalorie 203 kcal
piątek	pieczywo mieszane 50 g masło 5 g twarożek 30 g sałata 5 g rzodkiewka 10 g dżem 15 g herbata owocowa 200 ml alergeny 1, 7, kalorie 328 kcal	zupa pomidorowa zabielana śmietaną z makaronem (250 ml), (wywar drobiowo - warzywny, marchew, pietruszka, seler, por) alergeny 1, 7, 9 kotlety rybne z kaszą manną 80 g ryż 100 g mini marchewka z fasolką szparagową 100 g kompot wieloowocowy, woda 200 ml alergeny 1, 7, 9 kalorie 495 kcal	kisiel owocowy 200 ml gruszka 45 g alergeny kalorie 112 kcal

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji

1. Ziarna zbóż zawierające gluten, tzn. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz czy też pszenica kamut, a także ziarna odmian hybrydowych powyższych zbóż, jak również produkty przygotowane na ich bazie 2. Skorupiaki oraz produkty przygotowane na ich bazie. 3. Jaja oraz produkty przygotowane na ich bazie.4. Ryby oraz produkty przygotowane na ich bazie. 5. Orzeszki ziemne oraz produkty przygotowane na ich bazie 6. Ziarno sojowe oraz produkty przygotowane na jego bazie. 7. Mleko oraz produkty przygotowane na jego bazie (łącznie z laktozą).8. Orzechy z drzew orzechowych, tj. migdały (Amygdalus communis L.), orzechy laskowe (Corylus avellana), orzechy włoskie (Juglans regia), orzechy nerkowca (Anacardium occidentale), orzechy pekan (Carya illinoinensis (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (Bertholletia excelsa), orzechy pistacjowe (Pistacia vera), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (Macadamia ternifolia) oraz produkty przygotowane na ich bazie. 13. Łubiny oraz produkty przygotowane na ich bazie 14. Mięczaki oraz produkty przygotowane na ich bazie.