



ZESTAW I



Dzień tygodnia	Śniadanie	II śniadanie	Obiad
Poniedziałek	Kanapka: pieczywo wieloziarniste z masłem, szynka z indyka, ser żółty salami, pomidor, roszponka (340 kcal) Napój: herbata malinowa <i>Alergeny: gluten, mleko</i>	Jogurt naturalny z płatkami owsianymi i żurawiną oraz woda (250 kcal) <i>Alergeny: mleko</i>	Zupa: ogórkowa (160 kcal) II danie: pyzy z fasolką po bretońsku (387 kcal) <i>Alergeny: gluten, jaja</i>
Wtorek	Płatki wielozbożowe z mlekiem (310 kcal) Kanapka: chleb orkiszowy, masło, hummus (172 kcal) Napój: herbata miętowa <i>Alergeny: gluten, mleko</i>	Pieczywo waza 7 ziaren + serek + papryka oraz woda (240 kcal)	Zupa: rosół z makaronem (206 kcal) II danie: ryż z potrawką z kurczaka i marchewką z groszkiem oraz woda (325 kcal) <i>Alergeny: seler, gluten</i>
Środa	Kanapka: pieczywo wieloziarniste z masłem, pasta jajeczna, serek śmietankowy, pomidor (370 kcal) Napój: herbata mango <i>Alergeny: gluten, mleko, jaja</i>	Banan + maca razowa oraz kakao (250 kcal) <i>Alergeny: mleko, gluten</i>	Zupa: krem z białych warzyw (180 kcal) II danie: zakręcone bolognese z jarzynami oraz woda (387 kcal) <i>Alergeny: gluten</i>
Czwartek	Kanapka: bułka grahamka z masłem, makrela w pomidorach, serek kiri, papryka (350 kcal) Napój: herbata z cytryną <i>Alergeny: mleko, gluten, ryba</i>	Jabłko i pączeczki kukurydziane oraz woda (204 kcal)	Zupa: krem marchewkowy (126 kcal) II danie: kotlet mielony drobiowy z ziemniakami i surówką z białej kapusty i koperku oraz woda (380 kcal) <i>Alergeny: gluten, jajko</i>
Piątek	Kanapka: pieczywo wieloziarniste z masłem, twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką, ogórek zielony (350 kcal) Napój: herbata <i>Alergeny: gluten, mleko</i>	Koktajl owocowy z pestkami dyni + wafle ryżowe (250 kcal) <i>Alergeny: mleko</i>	Zupa: pomidorowa z makaronem (193 kcal) II danie: pita z paluchem rybnym, surówką colesław woda (367 kcal) <i>Alergeny: gluten, jaja, ryba</i>



WODA PITNA DOSTĘPNA PRZEZ CAŁY DZIEŃ BEZ LIMITU



Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie ze względu na dostępność produktów

Dokładne składy produktów dostępne są u dyrektora placówki