

Poniedziałek 04.03

śniadanie: płatki kukurydziane z jogurtem naturalnym; kanapka z 1/2 bułki z sałatą, kiełbasą żywiecką i ogórkiem ; rzodkiewka do chrupania; papryka do chrupania; kakao (1, 7)

zupa: kalafiorowa (7, 9)

drugie danie: potrawka z kurczaka z marchewką i groszkiem; ryż; surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i koperkiem

drugie danie wegetariańskie: quesadilla z duszonym szpinakiem i fetą, z serem mozzarella; surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i koperkiem (1, 3, 7)

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: jogurt owocowy, Fit ciastka zbożowe z kakao Sante (1,7)

Wtorek 05.03

śniadanie: frankfurterka z wody, sos pomidorowy; kanapka z 1/2 bułki z ziarnem, ogórek, papryka; herbata malinowa (7, 10)

zupa: pomidorowa z makaronem (1, 9)

drugie danie: kotlet mielony; ziemniaki; bukiet warzyw (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: kotlet jajeczny ze szczypiorkiem; ziemniaki; bukiet warzyw (1, 3)

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: ciasto domowe, sok (1,3,7)

Środa 06.03

śniadanie: kasza manna na mleku; tost pełnoziarnisty z serem mozzarella, sos pomidorowy; warzywa do chrupania; herbata z cytryną (1, 7)

zupa: fasolowa (9)

drugie danie: makaron z sosem bolognese; surówka z białej kapusty z marchewką (1, 3, 10)

drugie danie wegetariańskie: tortellini z serem w sosie śmietanowym; surówka z białej kapusty z marchewką (1, 3, 7, 10)

napój: herbata z cytryną; woda mineralna

podwieczorek: mleko smakowe; przekąska "porcja dobra" 100% owoców (5, 7, 11)

Czwartek 07.03

śniadanie: kanapka z 1/2 bułki z ziarnem, ogórek, papryka; jajecznicza; warzywa do chrupania; herbata owocowa (7)

zupa: barszcz ukraiński (7, 9)

drugie danie: gyros z kurczaka; sos tzatziki; ziemniaki; surówka z kiszonej kapusty, z marchewką i jabłkiem (7)

drugie danie wegetariańskie: placki z tartej cukinii i marchewki; surówka z kiszonej kapusty, z marchewką i jabłkiem (1, 3, 7)

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: pałka kukurydziana One; sok

Piątek 08.03

śniadanie: owsianka na mleku; kanapka z 1/2 bułki grahamki z pastą twarogową, z ogórkiem; warzywa do chrupania; kakao (1, 7)

zupa: ogórkowa (7, 9)

drugie danie: ryż z jabłkami, ze śmietaną; sałatka owocowa (7)

drugie danie wegetariańskie: ryż z jabłkami, ze śmietaną; sałatka owocowa (7)

napój: woda mineralna

podwieczorek: salatini Pretzel chips ; woda mineralna

WYKAZ ALERGENÓW:

1. Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) i produkty pochodne
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jajka i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
8. Orzechy tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, nerkowce, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje, orzechy makadamia i produkty pochodne
9. Seler zwyczajny i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO₂
13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne