|  |  |
| --- | --- |
| **PONIEDZIAŁEK 05.06.2023** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb razowy ze słonecznikiem, chleb gburszczi 50g, masło 10g, szynka cygańska10g, twarożek ze szczypiorkiem (twaróg śmietankowy półtłusty, szczypiorek z własnej uprawy), rukola, papryka czerwona świeża, herbata owocowa 250ml  Owoce 100g |
| **Obiad** | Krem z buraka czerwonego z prażonymi nasionami słonecznika 250g(marchew, seler, pietruszka, cebula, buraki, koncentrat buraka czerwonego, śmietana sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ,ziemniaki, por, seler naciowy, prażone nasiona słonecznika)  Naleśniki z mąki pełnoziarnistej z dżemem i twarogiem polane sosem jogurtowym 2szt(mąka pszenna pełnoziarnista, mąka pszenna tortowa, jaja, mleko, cukier, cukier waniliowy, dżem truskawkowy 100% owoców, twaróg śmietankowy półtłusty, jogurt naturalny)  Kompot owocowy 150ml |
| **Podwieczorek** | Wafle ryżowe, serek waniliowy, pasta z czerwonej soczewicy z suszonymi pomidorami(gotowane ziarno czerwonej soczewicy, serek kanapkowy naturalny, suszone pomidory), herbata czarna z cytryną i cukrem trzcinowym |
| **alergeny** | 1,3, 7,9 |
| **WTOREK 06.06.2023** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Kasza jaglana na mleku z miodem , bułka grahamka 50g, masło 10g , dżem truskawkowy 100% owoców , herbata z cytryną i cukrem trzcinowym 150ml  Owoce 100g. |
| **Obiad** | Zupa jarzynowa z makaronem kokardki i zieloną pietruszką 250g ( marchew , seler , pietruszka, cebula, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa, kukurydza, śmietana 12%, zielona pietruszka ćwiartka z kurczaka, sól , pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, zielona pietruszka, , por, seler naciowy, ziemniaki)  Panierowany filet z kurczaka 80g ( mięso z piersi kurczaka, jaja, bułka tarta, sól, pieprz, olej)  Ziemniaki z koperkiem 150g  Sałata lodowa z papryką czerwoną, ogórkiem świeżym i jogurtem naturalnym  Woda z cytryną 150ml |
| **Podwieczorek** | Jabłuszko pieczone z miodem i cynamonem podane z sosem jogurtowym (jogurt naturalny, cukier), chrupki kukurydziane |
| **alergeny** | 1,3,7,9 |
| **ŚRODA 07.06.2023** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb pszenny z dodatkiem ziaren, chleb graham 50g, masło 10g, rukola, pomidor malinowy, serek kanapkowy z ziołami, szynka gotowana 10g, herbata zielona z cytryną i cukrem trzcinowym150ml    Owoce |
| **Obiad** | Zupa grochowa z ziemniakami 250g( marchew, seler, pietruszka ,sól, cebula, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, pieprz ziołowy ,ziemniaki, groch, kiełbaska wieprzowa, por, seler naciowy , ćwiartka z kurczaka, czosnek, majeranek, papryka wędzona)  Pieczona pałka z kurczaka 1 szt ( podudzie z kurczaka, sól, papryka słodka, majeranek, czosnek, olej)  Ryż paraboliczny 150g  Ogórek kiszony  Sok jabłkowy 150ml (woda, 100% koncentrat soku jabłkowego ) |
| **Podwieczorek** | Budyń czekoladowy, talerzyk witaminek- owoce |
| **alergeny** | 1,7,9 |
| **CZWARTEK 08.06.2023** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | **BOŻE CIAŁO** |
| **Obiad** |  |
| **Podwieczorek** |  |
| **Alergeny** | 1,7,9 |
| **PIĄTEK 09.06.2023** | |
| **Śniadanie**  **II śniadanie** | Chleb kaszubski, chleb żytni z posypką wieloziarnistą 50g, masło 10,pasta z makreli(makrela w sosie pomidorowym, serek kanapkowy naturalny), serek Milandia naturalny, rukola , ogórek kiszony, herbata miętowa 150ml  Owoce 100g |
| **Obiad** | Zupa ryżowa z zieloną pietruszką 250g (marchew, seler, pietruszka, cebula, ćwiartka z kurczaka, liść laurowy, ziele angielskie , ryż biały ,por, seler naciowy, zielona pietruszka)  Paluszki rybne 2 szt  Ziemniaki z puree 150 g  Surówka z kiszonej kapusty, marchewki , jabłuszka i oliwy  Woda z cytryną 150ml |
| **Podwieczorek** | Owoce, chrupki kukurydziane |
| **alergeny** | 1,4,7,9 |
|  |  |