



	PONIEDZIAŁEK 10.03	WTOREK 11.03	ŚRODA 12.03	CZWARTEK 13.03	PIĄTEK 14.03
Z U P A	Zupa meksykańska z kukurydzą i fasolką (seler) , wywar warzywny 350ml	Kapuśniak z ziemniaczkami (seler) , wywar warzywny 350ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami (seler/mleko) , wywar warzywny 350ml	Krem z pomidorowy z grzaneckami ziołowymi (seler/mleko) , wywar 350ml	Rosół domowy z makaronem i lubczykiem (seler/pszenica) , wywar mięsno-warzywny 350ml
OWOC	Gruszka	Kiwi	Melon	Jabłko	Sok karotka
I I D A N I E	Penne carbonara (mleko/pszenica) Surówka z kapusty pekińskiej i papryki Cukinia na parze 250g/80g Woda z cytryną 200ml	Pierś z indyka ze szpinakiem (mleko) Kasza bulgur (pszenica) Surówka z ogórka kiszzonego i cebulki Marchewka na parze 90g/180g/80g/50g Kompot owocowy 200ml	Curry z dynią i ciecierzycą Ryż paraboliczny Mix sałat zielonych z ziołowym sosem Brokuły z sezamem na parze (sezam) 90g/180g/80g/50g Herbata miętowa 200ml	Paluszki rybne z kawałków fileta z dorsza (ryby/jaja/pszenica) Ziemniaki puree Colesław z domowym sosem (jaja) Kalafior na parze 90g/180g/80g/50g Kompot owocowy 200ml	Naleśniki z serem i polewą jogurtową (mleko/pszenica/jaja) Surówka z marchewki i jabłka Dynia na parze 250g/80g/50g Woda z cytryną 200ml
	PONIEDZIAŁEK 17.03	WTOREK 18.03	ŚRODA 19.03	CZWARTEK 20.03	PIĄTEK 21.03
Z U P A	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (seler) , wywar warzywny 350ml	Barszcz biały z ziemniakami (mleko/seler) , wywar mięsno- warzywny 350ml	Zupa pomidorowa z ryżem (seler/mleko) , wywar warzywny 350ml	Krupnik z kaszy jęczmiennej (seler/jęczmień) , wywar warzywny 350ml	Krem z zielonego groszku z grzaneckami ziołowym (seler) , wywar warzywny 350ml
OWOC	Gruszka	Jabłko	Kiwi	Winogrono	Banan
I I D A N I E	Makaron z białym serem i polewą jogurtową z cynamonem (pszenica/mleko) Surówka z selera z rodzynkami (seler) Dynia na parze 250g/80g/50g Lemoniada cytrynowa 200ml	Paski schabu po myśliwsku (pszenica) Kasza jęczmienna pęczak (jęczmień) Mizeria z rzodkiewką (mleko) Kalafior na parze 90g/180g/80g/50g Kompot owocowy 200ml	Filet z indyka duszony z cebulką Ziemniaki puree Buraczki z cebulką Mix warzyw na parze 90g/180g/80g/50g Kompot owocowy 200ml	Krokiety ziemniaczane z sosem pieczarkowym (jaja/pszenica) Ryż paraboliczny Surówka z białej kapusty i marchewki Brokuły na parze 90g/180g/50g/50g Napar z mięty 200ml	Filet z mintaja w panierce (ryby/jaja/pszenica) Ziemniaki z koperkiem Surówka z ogórka kiszzonego i papryki Marchewka na parze 90g/180g/50g/50g Woda z cytryną 200ml
Pogrubioną czcionką oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów					Opracowano przez dietetyka mgr Dorota Tarczyńska