|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Tydzień (V) XXIII 09-15.06.2024** | | | | | | | |
| Dzień tygodnia | | ŚNIADANIE I | II ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | podwieczorek | Kalorie  dziennie |  |
| NIEDZIELA | | N,LC- żywiecka 50 g  Soja, gorczyca  Żółty ser 40 g.  mleko  Pieczywo mieszane – 120g  Gluten  Mix maślany -15g  mleko  Herbata – 250ml  Kawa zbożowa 250ml  mleko, gluten  sałata20 g rzodkiewka plastry 40 g  Chir zupa mleczna manna 300g | C –  Wafle ryżowe 50g  Ped -batonik Prince polo 36g  Gluten, orzech | Rosół z makaronem 400g  Gluten, seler, jajko  Chir.- jarzynowa z kaszą manną 400 g  Seler, gluten  Kompot – 250g  Ziemnaki 200g  N,L.C. pieczeń wieprzowa w sosie własnym 80/20g Gluten, mleko, seler, jaja duszenie  N Ped - surówka z kapusty kiszonej na 100g  L,. Bukiet Warzyw z wody z olejem rzepakowy,100g  C-brokuł na parze100g | N,L,C- Polędwica sopocka 40g  Soja, gorczyca  Serek kanapkowy typu bieluch 20g  mleko  Pieczywo – 120 g  Gluten  Mix maślany – 15g  mleko  Herbata – 250ml  Pomidor 40 g + sałata 20 g | C - pieczone jabłka 100-g  Ped – Nektarynka 100g  N- jabłko 100 g | N-2111  L-2071  C-2211 |  |
| PONIEDZIAŁEK | | N,L,C – Twarożek ze szczypiorkiem 50g  mleko  Polędwica z majerankiem 40g  Soja, gorczyca  N,L PED-Marmolada 20g  Pieczywo mieszane – 120g  Gluten,  Mix maślany -15g  mleko  Herbata 250 ml  Płatki owsiane na mleku – 300g  Mleko ,gluten  Ogórek zielony 40g + rzodkiewka plastry 20 g | C – kisiel bez cukru 100-g  Ped -kisiel słodzony 100-g | N-Pomidorowa z makronem –400 g  Gluten, mleko ,seler, jako  L, Chir – Jarzynowa z makaronem  Gluten, mleko ,seler, jako  N-Ryż długo ziarnisty 200g  Kompot – 250g  Gulasz drobiowy z warzywami 80/20g  Gluten, seler gotowanie  N, C-Surówka z marchewki i selera 100g  seler  L-.marchew gotowana100g  N- Kefir 100g  mleko | N,L,C- Blok szynka konserwowa wieprzowa 50 g  Soja, gorczyca  N- Serek camembert 20 g-  PED, C, L- Żółty ser 40g  mleko  Pieczywo mieszane – 120g  Gluten  Mix maślany – 15g  mleko  Herbata – 250ml  N- Papryka surowa paski 40g + rucola 20 g  L-Pomidor 50g + sałata 20g | C –  j. naturalny 100g  mleko  Ped -  j. owocowy  100g  Mleko | N-2037  L-2048  C-2077 |  |
| **WTOREK** | | N,L,C –filet złocisty z indyka 50 g  soja  Jajko 1 szt  jajko  Pieczywo mieszane – 120g  gluten  Mix maślany -15g  mleko  Herbata – 250ml  Zupa mleczna z płatkami ryżowe 300g  mleko  N-dżem owocowy 10g  N – ogórek kiszony40g + pomidor20 g  L-Pomidor 40g +ogórek 20 g | C – podpłomyki 50g  Gluten  PED -Biszkopty 50g  Gluten, mleko | N-. ziemniaczana z soczewicą 400g  Gluten, seler  Chir.L,C- zupa z ziemniaczana bez soczewicy  seler  N, L, C -. Rolada drobiowo-wieprzowa w sosie 80/20 g gotowanie  Gluten, mleko, seler jajko  N, L -. Kasza jęczmienna 200g  Gluten,  Chir. i pediatria; ziemniaki 200g,  N-buraczki zasmażane 100g  Gluten ,mleko  L,C i Chir.-Surówka z buraczka100g  N- Kefir 100g  mleko | N,L,C- Rolada miodowa z drobiu 50g  soja, gorczyca, ryba, jajko  N- Serek HAGA 16 g (1 porcja)  mleko  Pieczywo mieszane – 120g  Gluten  Mix maślany – 15g  mleko  Herbata – 250ml  Sałata 20g + ogórek zielony 40 g | C –kisiel b/c 120g  Ped -galaretka owocowa 100g | N- 2016  L-2006  C-2050 |  |
| **ŚRODA** | | N,L,C-pasztet domowy drobiowo wieprzowy 50 g gluten, seler, gorczyca  Pieczywo – 120g  gluten  N,L-Marmolada wieloowocowa 20g  Mix maślany – 15g  mleko  Herbata – 250ml  Mleczna z kaszą manną 300  Gluten, mleko  N- ogórek zielony 40g +papryka konserwowa paski 20 g. L, C, sałata 20g+ ogórek zielony 40g | Ped.,C – jabłko prażone 100-g | N,L,C-krupnik z kaszy jęczmiennej 400g  seler,  ziemniaki 200g  Kompot 250g  N,- pałki z kurczaka gotowane w sosie własnym 100/30g gotowanie  **seler**  LC-Pałki gotowane w sosie własnym100\30g gotowanie  seler  N-fasolkę szparagową  L-warzywa z wody(kalafior ,brokuł, marchewka)100g  C – kalafior 100g  N- jogurt owocowy 100g  Mleko | N,L,C- rolada drobiowa 50 g  gluten, seler, gorczyca  N- Miód wieloowocowy  Serek topiony 16,5g  Mleko  Pieczywo – 120g  gluten  Mix maślany – 15g  mleko  Herbata – 250ml  Ogórek zielony 40 g +rzodkiewka paski 20 g | C, –wafle ryzowe 50g  Ped -batonik Prince polo 36 g  Gluten, mleko, orzech | N-2023  L-2028  C-2058 |  |
| **CZWARTEK** | | N,L,C filet królewski z indykiem 50g  soja  Mozzarella w kulkach 20g  mleko  Pieczywo mieszane – 120g  gluten  Mix maślany – 15g mleko  Herbata – 250ml  Zupa mleczna płatki ryżowe300g  mleko  N-roszponka 20g + papryka paski 40g  L- roszponka 20g. + pomidor 40g | C – kisiel bez cukru 100-g  Ped -kisiel słodzony 100-g | N- zalewajka 400g  Seler gluten, soja, mleko, seler  C.L. Zacierkowa 400g  Gluten, mleko, seler, soja, gluten  N L,C – pulpety z łopatki wp. w sosie( N- pomidorowy; L ,C własny) 80/20 parowanie  Gluten, seler, jajko, mleko  ziemnaki – 200g  Kompot – 250  N – kefir 100g  Mleko  L – marchew duszona 100g  N.C. –surówkę z marchwi i jabłka z z olejem rzepakowym  Gluten, seler | N,L,C-polędwica sopocka 50g  Ser biały raciborski 40g (plaster)  mleko  Pieczywo mieszane – 120g  Gluten  Mix maślany – 15g  mleko  Herbata – 250ml  Mix sałat 20g + zielony ogórek 40 g | C –  j. naturalny  100g  Ped-  j .owocowy  100g  Mleko | N-2001  L-2035  C-2101 |  |
| **PIĄTEK** | | Pasta z jajeczna 50g  jajko, soja, mleko  szynka z piersią indyczą 50 g seler, mleko  Pieczywo mieszane – 120g  gluten  Mix maślany – 15g mleko  Herbata – 250ml  Zupa mleczna płatki owsiane 300g  Gluten, mleko  Rzodkiewka plastry 40g + sałata 20 g  N-dżem owocowy 10g | C – mace - 50g  Gluten  Ped -Biszkopty 50g  Gluten, mleko | N,L,C- Brokułowa z zacierkami 400g  seler, mleko  Kompot 250g  Makaron pełnoziarnisty z serem, cynamonem i jogurtem 200/50g gotowanie  gluten, jajko, mleko  N-maślanka | N,L,C,Ped - galaretka z kurczaka 70 g  Seler  Żółty ser 40 g  mleko  Pieczywo mieszane – 120g  Gluten  Mix maślany – 15g  mleko  Herbata – 250ml  N-Sałata 20 g + kiszony ogórek 40 g  L- sałata 20g + pomidor 40g | C. – budyń b/c 100-g  mleko  Ped – budyń 100 g  mleko | N-2033  L-2013  C-2082 |  |
| **SOBOTA** | | N,L,C -Parówka drobiowa 60g  soja, gorczyca, skorupiaki, ryby, mleko  serek śniadaniowy typu Turek 50g.  mleko  ketchup 20g  Pieczywo mieszane– 120g  gluten  Mix maślany – 15g mleko  Herbata – 250ml  Kawa zbożowa 250nl  Gluten, mleko,  N- Roszponka20g + papryka w paski 40 g  L – Roszponka 20 g pomidor 40g | C – podpłomyki b/c 50g  Gluten  Ped – batonik Prince polo 36g  Gluten, mleko orzech | N,L,C- barszcz zabielany z ziemniakami 400g  Seler, gluten, mleko, jajko  L,C- morszczuk duszony z warzywami. (pietruszka seler, por) 80/100g parowanie  Seler, gluten, ryba, soja, seler  Ped. N- kostka rybna bosmańska panierowana 100g. opiekanie i parowanie  Seler, gluten, ryba, soja, seler  Ziemniaki 200g  N, –sur, z kap . czerwonej z z oliwa  L,C kalafior  N-maślanka 100g  Mleko  Kompot 250g | N,L,C-szynka wieprzowa 50g  soja  miód 10g(1 porcja)  mleko  Pieczywo mieszane– 120g  Gluten  Mix maślany – 15g  mleko  Herbata – 250ml  sałata 20g + pomidor 40 g | C –  j. naturalny  100g  Ped-  j .owocowy  100g  Mleko | N-2000  L-2000  C-2192 |  |