|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| **PONIEDZIAŁEK** | Płatki kukurydziane na **mleku,** chleb pszenny**( mąka pszenna)** , chleb orkiszowy**( mąka pszenna, żytnia)**, masło**(śmietanka)**,ser żółty  **( mleko**), pomidor, rzodkiewka, sałata, ogórek zielony, polędwica sopocka**( soja, gorczyca, mleko),** herbata z miodem i cytryną | Zupa jarzynowa( **seler, mleko)**, makaron pełnoziarnisty  ( **mąka pszenna**) sosem pomidorowym i mięskiem ,kompot owocowy | Jogurt **( mleko** ) piatuś , podpłomyki **( mąka pszenna, mleko )** |
| **WTOREK** | chleb pszenny**( mąka pszenna)** , chleb żytni **( mąka pszenna, żytnia)**, masło**(śmietanka)**, pomidor, rzodkiewka, sałata, ogórek zielony, wędlina drobiowa**( soja, gorczyca, mleko) jajka ,** kawa **zbożowa** z **mlekiem** | Porowa**( seler, mleko**) z  **(mąka pszenna)** Kotleciki pożarski **( mąka pszenna, jajko)** z ziemniakami, surówka z czerwonej kapusty ,kompot owocowy | Sałatka owocowa, chrupki kukurydziane |
| **ŚRODA** | płatki jaglane na **mleku,** chleb pszenny**( mąka pszenna)** , chleb orkiszowy**( mąka pszenna, żytnia)**, masło**(śmietanka)** twarożek ze szczypiorkiem  **( mleko),**szynka **( soja, gorczyca, mleko),** ogórek, papryka, pomidor**,** herbata z miodem i cytryną | Koperkowa **(seler, mleko)** Potrawka z szynki z warzywami, kasza pęczak, kompot owocowy | Kisiel owocowy, wafle kukurydziane |
| **CZWARTEK** | chleb pszenny**( mąka pszenna)** , chleb orkiszowy**( mąka pszenna, żytnia)**, masło**(śmietanka)**, pasta**( mleko)** z suszonych pomidorów, pomidor, rzodkiewka, sałata, ogórek zielony, szynka z indyka  **( soja, gorczyca, mleko)**,kakao  **( mleko, kakao)** | Pomidorowa **(mleko, seler)** z ryżem ,Kotleciki jajeczno- kalafiorowe **( mąka pszenna , jajko)** ziemniaki, surówka z kiszonego ogórka kompot owocowy | Jogurt Stracciatella **( mleko, kakao)** z bananem |
| **PIĄTEK** | Płatki ryżowe na **mleku,** chleb pszenny**( mąka pszenna)** , chleb orkiszowy**( mąka pszenna, żytnia)**, masło**(śmietanka)**,ser żółty **( mleko**), pomidor, rzodkiewka, sałata, ogórek zielony, polędwica sopocka  **( soja, gorczyca, mleko), herbata** | Brokułowa ( **seler, mleko)** i **(mąka pszenna)** Ryba po grecku **(ryba)**, z ziemniakami, surówka z sałaty lodowej, kompot owocowy | Ciasto drożdżowe  **( mąka pszenna, jajko)** herbata owocowa |