

	21.10.2024 PONIEDZIAŁEK	22.10.2024 WTOREK	23.10.2024 SRODA	24.10.2024 CZWARTEK	25.10.2024 PIĄTEK
ŚNIADANIE	Płatki gryczane na mleku (dieta-kaszka ryżowa na wodzie, -mleko bez laktozy)	Makaron na mleku (dieta-kaszka ryżowa na wodzie, -mleko bez laktozy)	Kakao na mleku (dieta-kakao na wodzie)	Zacierka na mleku (dieta-kaszka ryżowa na wodzie, -mleko bez laktozy)	Płatki kukurydziane na mleku (dieta-kaszka ryżowa na wodzie, -mleko bez laktozy)
	Pieczywo mieszane z masłem, serem żółtym (dieta-masło roślinne, pasta mięsna)	Bułka paryska z masłem (dieta-masło roślinne), pastą z makreli w sosie pomidorowym	Bułka paryska z masłem, pastą jajeczną z awokado i szczypiorku (dieta-masło roślinne, dżem)	Pieczywo mieszane z masłem (dieta-masło roślinne), pastą z cebuli i czosnku	Bułka paryska z masłem, serkiem paprykowym (dieta- masło roślinne, kanapka z pomidorem i szczypiorkiem)
	Pomidor, ogórek świeży	Ogórek kiszony	Rzodkiewka, kielki	Ogórek świeży	Papryka ramiro
	Herbata	Herbata	Herbata	Herbata	Herbata
	Alergeny: 1,7	Alergeny: 1,4,7	Alergeny: 1,3,7	Alergeny: 1,7	Alergeny: 1,7
OWOC	Melon, banan	Mandarynka, jabłka	Gruszka, brzoskwinia	Banan, pomarańcza	Ananas, jabłko
	Woda	Woda	Cytrynada	Woda	Woda
ZUPA	Zupa ziemniaczana z mięsem i zieleciną	Krem marchewkowo-jaglany z imbirem, kurkumą na wywarze warzywnym	Krupnik jęczmienny na wywarze warzywnym	Zupa ryżowa na wywarze warzywnym	Krem z soczewicy z grzankami na wywarze warzywnym
II DANIE	Placki z jabłkami oprószone cukrem pudrem	Pieczeń rzymska w sosie paprykowym	Kotlet schabowy Pure z koperkiem	Pieczony kotlet z indyka w sosie pomidorowym	Ryba w sosie śmietanowo-cytrynowym
		Ryż brązowy z koperkiem	Marchewka z groszkiem	Kasza bulgur z koperkiem	Makaron pełnoziarnisty
		Kalafior z bułką tartą	Surówka: mizeria (dieta-paseczki ogórka świeżego)	Mieszanka brokułowa ze słonecznikiem	Fasola szparagowa z sezamem
		Surówka: mix sałat, ogórek świeży, rzodkiewka, pomidor, olej ziołowy		Surówka: zasmażana czerwona kapusta	Surówka: kapusta kiszona, marchew
	Woda	Woda	Cytrynada	Woda	Woda
	Alergeny: 1,3,7,9	Alergeny: 1,3,7,9	Alergeny: 1,3,7,9	Alergeny: 1,3,7,9	Alergeny: 1,3,4,7,9,11
PODWIECZORE	Bułka paryska z masłem (dieta-masło roślinne), pasztetem (wyrób własny)	Jogurt naturalny z miodem i mango	Mus jabłkowy z ryżem	Babeczka z malinami i gorzką czekoladą	Koktajl truskawkowy z nasionami chia
	Ogórek kiszony	Dieta-kaszka bezmleczna z miodem i mango		Dieta-petitki, banan	Dieta-kisiel z nasionami chia i jabłkiem
	DZIEŃ OWOCÓW I WARZYW				DZIEŃ MAKARONU
	Kawa z mlekiem (dieta-kawa)	Herbata	Bawarka (dieta-herbata)	Ciepłe mleko (dieta-herbata)	
	Alergeny: 1,7	Alergeny: 7	Alergeny: 7	Alergeny: 1,3,7	Alergeny: 1,7