|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Dzień** | **Śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Poniedziałek**  **21.03.2022** | Płatki kukurydziane na mleku, (mleko)  chleb z masłem,  (gluten, mleko)  chleb wieloziarnisty  z masłem,  (gluten, mleko)  Serem żółtym, sałata, (gluten, mleko)  herbata z cytryną. | Zupa jarzynowa, kaszą manną, mięsem, jarzyną, (seler, gluten) pietruszką zieloną  Ziemniaki, kotlet jajeczny, (jajko, gluten) marchew tarta z jabłkiem,  kompot wieloowocowy | Banan  1030- PICIE; Woda z cytryną. |
| **Wtorek**  **22.03.2022** | Owsianka na mleku,(gluten, mleko)  chleb z masłem, (mleko, gluten)  chleb wieloziarnisty z masłem, (mleko, gluten)  wędliną, rzodkiewką, (mleko)  herbata z cytryną | Zupa szpinakowa z ryżem, zabielana (mleko), jarzyną, (seler) pietruszką zieloną.  Kasza jęczmienna, schab w sosie własnym, (gluten), kapusta czerwona, kompot wieloowocowy | Kisiel z jabłkiem, paluchy kukurydziane (wyrób własny)  1030 PICIE; Woda z cytryną, melisą. |
| **Środa**  **23.03.2022** | Chleb z masłem, pastą z łososia z serem białym  (mleko, gluten, ryba)  chleb wieloziarnisty z masłem, (mleko, gluten)  pomidorem, szczypiorkiem, herbata z cytryną. | Zupa ogórkowa z makaronem, (jajka, gluten) jarzyną, (seler) pietruszką zieloną.  Ziemniaki, filet z kurczaka w panierce z otrębów owsianych,(jajko, gluten) sałata lodowa z oliwa z oliwek  kompot owocowy. | Grysik na mleku z malinami, (mleko )    1030 PICIE; Woda z owocami. |
| **Czwartek 24.03.2022** | Parówki (min 90% mięsa) Chleb z masłem,  Chleb wieloziarnisty z masłem, rzodkiewka, szczypiorkiem , (gluten,mleko) herbata z cytryną. | Zupa literkowa, indykiem jarzyną(seler, gluten), pietruszką zieloną.  Ryż, gołąbki bez zawijania z mięsem, kapusta pekińską. Kompot owocowy | Jogurt naturalny z miodem (gluten, mleko) herbata  1030 PICIE; Woda z cytryną. |
| **Piątek**  **25.03.2022** | Mleko, płatki mussli,  (mleko, gluten, orzechy)  Chleb z masłem,  (mleko, gluten)  Chleb wieloziarnisty z masłem, twarożkiem z ogórkiem, szczypiorkiem.  (mleko, gluten)  herbata z cytryną. | Zupa barszcz czerwony, zabielany (mleko), jarzyną,(seler) pietruszką zieloną  Makaron razowy z tuńczykiem, brokułem, (gluten, ryba) kompot wieloowocowy. | Musik owocowy, biszkopty (jajko)  1030 PICIE; Woda z cytryną i miętą. |

***JADŁOSPIS***