**13.03.2023 – 17.03.2023 r.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 13.03.2023**PONIEDZIAŁEK** | Pieczywo pszenne i wieloziarniste **(pszenica, żyto, owies)** z masłem **(mleko)** z pastą sezamową tahini i awokado, pomidorki koktajlowe, rukola,Owsianka na mleku **(mleko)** z miodem, herbata ziołowa, woda. | Zupa ogórkowa na wywarze **(seler)** z ziemniakami, śmietaną **(mleko)** i zieleniną.Jabłko, naturalny wafel zbożowo-ryżowy **(pszenica, żyto, owies)**.Herbata owocowa. | Gulasz wieprzowy z fasolką szparagową, pomidorami i czerwoną papryką z kaszą bulgur.Duszona fioletowa kapusta z jabłkiem, cebulą i natką pietruszki. Kompot z jabłek, wiśni, malin, porzeczek, woda. |
| 14.03.2023**WTOREK** | Pieczywo pszenne i wieloziarniste **(pszenica, żyto, owies)** z masłem **(mleko)**, jajecznica **(jaja)**, pomidorki koktajlowe, szczypior. Bawarka **(mleko**), herbata owocowa, woda.  | Zupa koperkowa na wywarze **(seler)** z ryżem, śmietaną **(mleko)** i zieleniną.Chlebek Wasa **(pszenica)** z masłem **(mleko),** mus owocowy banan, jabłko, mango. | Fasolka po bretońsku z kiełbasą, ziemniaki, ogórek kiszony.Sok naturalny tłoczony mandarynkowy, woda. |
| 15.03.2023**ŚRODA** | Szwedzki stół: pieczywo pszenne i wieloziarniste **(pszenica, żyto, owies)** z masłem **(mleko)**, ser mozarella **(mleko),** kiełbasa sucha krakowska **(gorczyca, soja, jaja)**, oliwki czarne i zielone, pomidorki koktajlowe, ogórek kiszony, papryka czerwona, szczypior, kiełki rzodkiewki, dżem.Kakao **(pszenica, mleko)**, herbata z cytryną, woda. | Zupa krem z zielonego groszku na wywarze **(seler)** z ziemniakami, z groszkiem ptysiowym **(pszenica, żyto, owies**), śmietaną **(mleko)** i koperkiem. Chałka **(pszenica, żyto, owies)** z powidłami brzoskwiniowymi.Sok naturalny owocowo-warzywny. | Ryż z jabłkami i cynamonem z polewą śmietanową **(mleko).** Kompot z jabłek, wiśni, malin, porzeczek, woda. |
| 16.03.2023**CZWARTEK** | Pieczywo pszenne i wieloziarniste **(pszenica, żyto, owies)** z masłem **(mleko),** serem żółtym **(mleko)**, sałata rzymska, pomidorki koktajlowe, papryka, szczypiorek.Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi **(pszenica, mleko),** herbata z cytryną, woda. | Zupa kalafiorowa na wywarze **(seler)** z ziemniakami, śmietaną **(mleko)** i zieleniną.Kisiel z owocami (wyrób własny), chrupki kukurydziane. | Makaron penne **(jaja, pszenica)** ze szpinakiem, indykiem, serem feta **(mleko)** i pestkami słonecznika.Surówka: kapusta pekińska, papryka czerwona, kukurydza, pomidorki koktajlowe, natka pietruszki, oliwa z oliwek.Sok naturalny tłoczony mandarynkowy, woda. |
|  17.03.2023**PIĄTEK** | Pieczywo pszenne i wieloziarniste **(pszenica, żyto, owies)** z masłem **(mleko)** z pastą z pieczonego bakłażana i marchewki, mix sałat, papryka, kiełki rzodkiewki.Kawa zbożowa, herbata ziołowa, woda. | Barszcz czerwony na wywarze **(seler)** z ziemniakami, śmietaną **(mleko)** i zieleniną.Kruche babeczki **(pszenica, jaja)** z kremem budyniowym **(mleko**) -wyrób własny. Lemoniada z cytryną i miodem. | Kotleciki rybne (ryba), ziemniaki, natka pietruszki,ogórek kiszony.Kompot z jabłek, wiśni, malin, porzeczek, woda. |

Zaznaczono alergeny występujące w posiłkach.

*Zastrzegamy sobie prawo do wprowadzenia drobnych zmian w jadłospisie*