

<b>PONIEDZIAŁEK 03.12.2018</b>	<b>WTOREK 04.12.2018</b>	<b>ŚRODA 05.12.2018</b>	<b>CZWARTEK 06.12.2018</b>	<b>PIĄTEK 07.12.2018</b>
<b><u>ŚNIADANIE</u></b>  Płatki kukurydziane na mleku <sup>(7)</sup> , pieczywo orkiszowe z masłem <sup>(1)(7)</sup> , z szynką wiejską i papryką, herbata z cytryną i imbirem, gruszka	<b><u>ŚNIADANIE</u></b>  Płatki wieloziarniste na mleku <sup>(1)(7)</sup> , pieczywo mieszane z masłem i pomidorem <sup>(1)(7)</sup> , jajecznicą <sup>(3)</sup> , herbata z cytryną, jabłko	<b><u>ŚNIADANIE</u></b>  Płatki owsiane na mleku <sup>(1)(7)</sup> , pieczywo wieloziarniste <sup>(1)(7)</sup> z polędwicą drobiową, rukolą i ogórkiem, herbata z cytryną i imbirem, mix warzyw (biała rzodkiew, ogórek, papryka)	<b><u>ŚNIADANIE</u></b>  Płatki żytnie na mleku <sup>(1)(7)</sup> , bułka kajzerka z masłem, serem żółtym <sup>(1)(7)</sup> rozspanką i pomidorem, herbata z cytryną, mandarynka	<b><u>ŚNIADANIE</u></b>  Płatki muesli na mleku <sup>(1)(7)</sup> , bułka grahamka z masłem <sup>(1)(7)</sup> serek wiejski <sup>(7)</sup> , rzodkiewka, szczypiorek, herbata z cytryną i imbirem, jabłko
<b><u>OBIAD</u></b>  Barszcz ukraiński <sup>(9)</sup> , makaron z serem polany jogurtem greckim z miodem <sup>(1)(7)</sup> , surówka z marchewki z jabłkiem, kompot owocowy,	<b><u>OBIAD</u></b>  Zupa ogórkowa <sup>(1)(7)(9)</sup> , kasza pęczak <sup>(1)</sup> , pulpet z indyka w sosie własnym <sup>(1)</sup> , bukiet jarzyn z pary polany masłem <sup>(1)(7)</sup> , kompot owocowy,	<b><u>OBIAD</u></b>  Krupnik z kaszą jęczmienną <sup>(9)</sup> , ziemniaki, kotlet schabowy <sup>(1)(3)</sup> , biała kapusta duszona z koperkiem <sup>(1)</sup> , kompot owocowy	<b><u>OBIAD</u></b>  Zupa jarzynowa <sup>(7)(9)</sup> , kluski śląskie <sup>(1)(3)</sup> , gulasz z kurczaka w sosie własnym <sup>(1)</sup> , marchewka baby z pary polana masłem <sup>(1)(7)</sup> , kompot owocowy	<b><u>OBIAD</u></b>  Zupa pomidorowa z ryżem pełnoziarnistym <sup>(7)(9)</sup> , ziemniaki, kotlet mielony z morszczuka <sup>(1)(3)(4)</sup> , surówka z kapusty kiszonej, kompot owocowy
<b><u>PODWIECZOREK</u></b>  Pieczywo mieszane i wieloziarniste z masłem <sup>(7)</sup> , wybór wędlin, ser żółty <sup>(7)</sup> , jaja <sup>(3)</sup> , wybór warzyw, herbata z cytryną, kawa zbożowa na mleku <sup>(1)(7)</sup> ,	<b><u>PODWIECZOREK</u></b>  Pieczywo razowe <sup>(1)(7)</sup> z kielbasą żywiecką i białą rzodkwią i rozspanką, herbata ziołowa, kefir naturalny <sup>(7)</sup> ,	<b><u>PODWIECZOREK</u></b>  Serek homogenizowany z owocami <sup>(7)</sup> , ciasteczka owsiane z żurawiną <sup>(1)(3)</sup> , kakao <sup>(7)</sup> , herbata owocowa,	<b><u>PODWIECZOREK</u></b>  Pieczywo żytnie z masłem <sup>(1)(7)</sup> , z polędwicą sopocką i ogórkiem, herbata ziołowa, jogurt naturalny <sup>(7)</sup> , rodzyнки,	<b><u>PODWIECZOREK</u></b>  Bułeczki maślane z masłem i dżemem <sup>(1)(7)</sup> , mleko <sup>(7)</sup> , herbata owocowa
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>				
Kcal 1094 NKT 12,4 Węglowodany 189 Cukry 43 Białko 45 Sód 1043 Błonnik 13,8	Kcal 995 NKT 12,1 Węglowodany 191 Cukry 45 Białko 46 Sód 1038 Błonnik 14,6	Kcal 961 NKT 13,6 Węglowodany 181 Cukry 44 Białko 47 Sód 989 Błonnik 14,2	Kcal 1033 NKT 12,3 Węglowodany 185 Cukry 40 Białko 46 Sód 982 Błonnik 14,4	Kcal 1032 NKT 11,8 Węglowodany 181 Cukry 46 Białko 44 Sód 993 Błonnik 13,9

\* Pogrubionym drukiem zaznaczono potrawy potencjalnie alergenne