

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK 01-03
Śniadanie					Chleb mieszany z masłem, pasta z tuńczyka , wędlina krakowska, napar z mięty, świeże warzywa 1,6,7
Śniadanie bezmleczne/ bezglutenowe/ bez jajeczne					Chleb bżgl z masłem roślinnym, pasta warzywna, kiełbaska krakowska, napar z mięty, świeże warzywa
Śniadanie wegetariańskie					Chlebek razowy z masłem, pasta twarogowa, wędlina wegańska, świeże warzywa, napar z mięty. 1,6,7
Zupa					Żurek 1,7,9
Zupa wegetariańska					Zupa buraczkowa 9 bżgl/bzml
Danie główne					Ryż paraboliczny z warzywnym leczo w sosie pomidorowym 9,7
Danie główne dietetyczne					Ryż paraboliczny z warzywnym leczo w sosie pomidorowym
Danie główne wegetariańskie					Ryż z jabłkiem cynamonem i jogurtem 7
Podwieczorek					Jogurt owocowy (KSYLITOL), chrupki kukurydziane 1,7
Podwieczorek Dietetyczny					Jogurt dietetyczny

	PONIEDZIAŁEK 04-03	WTOREK 05-03	ŚRODA 05-03	CZWARTEK 07-03	PIĄTEK 08-03
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku, bułka pszenna z masłem i polędwicą drobiową, świeże warzywa herbata malinowa 1,8,7	Pieczyno mieszane z masłem, jajko na twardo, szyneczka, świeże warzywa, herbata zielona z pomarańczą 1,3,8	Chlebek mieszany masłem, serek żółty, frankfurterka, świeże warzywa, napar z dzikiej róży 1,7,8,	Kasza manna na mleku, chlebek mieszany z masłem i szyneczką z indyka, świeże warzywa, rumianek 7,1,8	Placki z cukinii, Chlebek z masłem, twaróg ze szczypiorkiem, świeże warzywa, kakao 1,7,
Śniadanie bezmleczne/ bezglutenowe/ bez jajeczne	Płatki jaglane na mleku roślinnym, piezyno bezglutenowe, masło roślinne, polędwica drobiowa, warzywa, herbata malinowa	Pieczyno bzgl z masłem roślinnym, szyneczka, świeże warzywa, herbata zielona z pomarańczą	Chlebek bzgl z masłem roślinnym, ser wegański, frankfurterka, świeże warzywa, napar z dzikiej róży	Kaszka kukurydziana na mleku roślinnym, chlebek bzgl z masłem roślinnym, szyneczka z indyka świeże warzywa, rumianek	Placki z cukinii, Chlebek bzgl z masłem roślinnym, ser wegański, świeże warzywa, kakao na mleku roślinnym
Śniadanie wegetariańskie	Płatki jaglane na mleku, bułka pszenna, masło, pasta orzechowa, świeże warzywa, herbata malinowa 1,5,8	Pieczyno razowe z masłem, jajko na twardo, szyneczka wegańska, świeże warzywa, herbata zielona z pomarańczą 1,6,7	Chlebek mieszany z masłem, serek żółty, kielbaska wegetariańska, świeże warzywa, napar z dzikiej róży 1,6,7	Kasza manna na mleku, chlebek mieszany z masłem, humus, świeże warzywa, rumianek 1,6,7,12	Placki z cukinii, Chlebek z masłem, twaróg ze szczypiorkiem, świeże warzywa, kakao 1,7
Zupa	Zupa mocy: jarzynowa z zielonym groszkiem 7,9	Pan Ogórek: zupa ogórkowa 9,7 bzml/bzgl	Zupa Supermena: Rosół z makaronem 9 bzml/bzgl	Zupa Shreka: Szczawiowa 9 bzgl/bzml	Zupa Ogniowa: Krem pomidorowo-paprykowy z grzankami 7,1,9
Zupa wegetariańska	Krupnik jaglany BZML/BZGL 9	Krem warzywny z grzankami 1,7,9	Bulion warzywny z Makaronem 1,9	Pan Pieczarka: Pieczarkowa 7,9	Zupa Ogniowa: Krem pomidorowo-paprykowy z grzankami 7,1,9
Danie główne	Kopytka z sosem gulaszowym z duszonymi warzywami, surówka z kiszzonego ogórka 1,7,9	Kotlet mielony, ziemniaczki, marchewka na ciepło 1,3,7	Gyros z kurczaka, ryż z kurkumą, surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i pomidora 6,7	Bitka wieprzowa w sosie własnym, kasza jęczmienna, buraczki na ciepło 7,1	Filet z dorsza w panierce, ziemniaczki, surówka z marchwi i jabłka 1,3,7,4
Danie główne dietetyczne	Kluski śląskie z sosem gulaszowym z duszonymi warzywami, surówka z kiszzonego ogórka	Kotlet mielony z ziemniaczkami, marchewka na ciepło	Gyros z kurczaka, Ryż z kurkumą, surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i pomidora	Bitka wieprzowa w sosie własnym, kasza gryczana, buraczki na ciepło	Filet z dorsza pieczony, ziemniaki, surówka z marchwi i jabłuszka [4]
Danie główne wegetariańskie	Kopytka z sosem z pieczarkowym, surówka z kiszzonego ogórka [1,7,9]	Kotlecik z ciecierzycy, ziemniaczki, marchewka na ciepło [1,3,7]	Gulasz sojowy z cukinią, marchewką, ryż z kurkumą [6,7]	Kotlet z kalafiora i ciecioriki, kasza jęczmienna, buraczki na ciepło [1,3,7]	Kluski leniwe z masłem, surówka z marchwi i jabłuszka [1,3,7]
Podwieczorek	Mini chałeczka (KSYLITOL), 1,7	Koktajl owocowy z waflem ryżowym 7 (KSYLITOL),	Galaretka z owocami, CHRUPKI KUKURYDZIANE 1 BEZ CUKRU	Ciasto Biskoptowe ze śliwką 1,7 (KSYLITOL)	Domowy budyń z musem malinowym 7 (KSYLITOL)
Podwieczorek Dietetyczny	Ciasto dietetyczne	Koktajl dietetyczny z waflem ryżowym	Galaretka z owocami	Ciasto dietetyczne	Kisiel truskawkowy

OZNACZENIE NUMERYCZNE ALERGENÓW WYSTĘPUJĄCYCH W POSIŁKACH: 1. GLUTEN; 2. SKORUPIAKI; 3. JAJA; 4. RYBY; 5. ORZESZKI ZIEMNE; 6. SOJA; 7. MLEKO; 8. ORZECHY; 9. SELER; 10. GORCZYCA; 11. SEZAM; 12. DWUTLENEK SIARKI I SIARCZANY; 13. ŁUBIN; 14. MIĘCZAKI.

Marzec 2024 FAIRPLAY

	PONIEDZIAŁEK 11-03	WTOREK 12-03	ŚRODA 13-03	CZWARTEK 14-03	PIĄTEK 15-03
Śniadanie	Tosty z wędliną i żółtym serem, świeże warzywa, kakao 1,7,	Jaglanka z suszonymi owocami, pieczywo pszenne z masłem, polędwica drobiowa, świeże warzywa, herbatka z owoców leśnych 1,7	chleb z masłem, pasta jajeczna, szyneczka, świeże warzywa, kakao 1,7,3	Owsianka na mleku, chleb z masłem, schab pieczony, świeże warzywa, rumianek 1,7	Pieczywo pszenne z masłem, pasta z tuńczyka, ser żółty, świeże warzywa, herbatka z owoców leśnych 1,7,4
Śniadanie bezmleczne/ bezglutenowe/ bez jajeczne	Tosty z wędliną i serem wegańskim z pieczywem bżgl, świeże warzywa, kakao	Jaglanka na mleku roślinnym z suszonymi owocami, pieczywo bżgl z masłem roślinnym polędwica drobiowa, świeże warzywa, herbatka z owoców leśnych	chleb bżgl z masłem roślinnym, pasta warzywna, szyneczka, świeże warzywa, kakao na mleku roślinnym	Owsianka bżgl na mleku roślinnym , chleb bżgl z masłem roślinnym, schab pieczony, świeże warzywa, rumianek	Pieczywo bżgl z masłem roślinnym, pasta z tuńczyka, ser bez laktozy, świeże warzywa, herbatka z owoców leśnych
Śniadanie wegetariańskie	Tosty z serem, świeże warzywa, kakao 1,7	Jaglanka na mleku z suszonymi owocami, pieczywo pszenne z masłem serek twój smak, świeże warzywa, herbatka z owoców leśnych 1,6,7	chleb z masłem, pasta jajeczna, szyneczka wegańska, świeże warzywa, kakao 1,3,6,7	Owsianka na mleku, chleb z masłem, serek topiony, świeże warzywa, rumianek 1,7	Pieczywo pszenne z masłem, pasta z tuńczyka, ser wegański, świeże warzywa, herbatka z owoców leśnych 1,3,4,7
Zupa	Krupnik 1,7,9	Minionkowy Sen: Barszcz biały 1,7,9	Wiosenne marzenie: Krem szpinakowo -brokułowy z grzankami 1,7,9	Pan Pomidor: Pomidorowa z makaronem bżgl/bzml 9	Zupa lotnika: Zupa kalafiorowa bżgl/bzml 9
Zupa wegetariańska	Krupnik jaglany bżgl/bzml 9	Minestrone bżgl/bzml 9	Wiosenne marzenie: Krem szpinakowo -brokułowy z grzankami 1,7,9	Pomidorowa z makaronem 1,7,9	Krem pomidorowy z grzankami 1,7,9
Danie główne	Spaghetti z indykiem w pomidorach z duszonymi warzywami, 1,7,9	Kotlecik schabowy ,ziemniaczki, kapusta zasmażana 1,3,7	Gulasz warzywny z kaszą jęczmienną, surówka z buraka , jabłka i żurawiny 1,7,9	Grillowany fileć z indyka , ziemniaczki, surówka coleslaw 7	Naleśniki z serem i brzoskwinia, polewa jogurtowo brzoskwinowa, 1,3,7
Danie główne dietetyczne	Spaghetti z indykiem w pomidorach z duszonymi warzywami	Schabowy w panierce dietetycznej, ziemniaczki, kapusta zasmażana	Gulasz warzywny z kaszą gryczaną, surówka z buraka, jabłka i żurawiny 1,7,9	Grillowany fileć z indyka , ziemniaczki, surówka coleslaw	Naleśniki bezglutenowe z jabłkiem, polewa owocowa,
Danie główne wegetariańskie	Spaghetti napoli z duszonymi warzywami 1,7,9	Kotlet sojowy, ziemniaczki, kapusta zasmażana 1,3,6,7	Gulasz warzywny z kaszą jęczmienną, surówka z buraka , jabłka i żurawiny 1,7,9	Zapiekanka makaronowo – warzywna 1,7,9	Naleśniki z duszonymi warzywami i serem feta w sosie paprykowym 1,3,7,9
Podwieczorek	Ciasto dyniowe 1,3 (KSYLITOL),	Smoothie owocowo- warzywno 7 BEZ CUKRU	Kanapka z żółtym serem i warzywami 1,7	Pudding owocowy z kruszonką 1,7 (KSYLITOL),	Bułeczka maślana 1,7 (KSYLITOL),
Podwieczorek Dietetyczny	Ciasto dietetyczne	Smoothie owocowo- warzywno	Kanapka z żółtym serem i warzywami	Kisiel truskawkowy	Bułeczka dietetyczna

OZNACZENIE NUMERYCZNE ALERGENÓW WYSTĘPUJĄCYCH W POSIŁKACH: 1. GLUTEN; 2. SKORUPIAKI; 3. JAJA; 4. RYBY; 5. ORZESZKI ZIEMNE; 6. SOJA; 7. MLEKO; 8. ORZECHY; 9. SELER; 10. GORCZYCA; 11. SEZAM; 12. DWUTLENEK SIARKI I SIARCZANY; 13. ŁUBIN; 14. MIĘCZAKI.

	PONIEDZIAŁEK 18-03	WTOREK 19-03	ŚRODA 20-03	CZWARTEK 21-03	PIĄTEK 22-03
Śniadanie	Pancake, dżem, kakao	Jaglanka z bananem, Chleb z masłem, szyneczka, świeże warzywa, herbata zielona 1,7	Pieczyno z masłem, parówka z szynki, ser żółty, ketchup, świeże warzywa, kakao 1,7	Ryż na mleku, piezyno mieszane z masłem, piezyno schab, świeże warzywa, Rumianek 1,7	Jajecznicza chleb z masłem, ser żółty, pasztet świeże warzywa, herbata 1,7
Śniadanie bezmleczne/ bezglutenowe/ bez jajeczne	Naleśniki z jabłkiem, kakao	Jaglanka na mleku roślinnym z bananem, chleb bzgl z masłem roślinnym, szyneczka, świeże warzywa herbata zielona	Pieczyno bzgl z masłem roślinnym, parówka z szynki, ser żółty wegański, ketchup, świeże warzywa, kakao na mleku roślinnym	Ryż na mleku roślinnym, piezyno bzgl z masłem roślinnym, świeże warzywa, rumianek	chleb bzgl z masłem roślinnym, wędlina wegańska, świeże warzywa, herbata
Śniadanie wegetariańskie	Pancake, dżem, kakao	Jaglanka z bananem , Chleb z masłem, wędlinka wegańska, świeże warzywa, herbata zielona 1,6,7	Pieczyno z masłem, parówka sojowa, ser żółty, świeże warzywa, kakao 1,6,7	Ryż na mleku, piezyno mieszane z masłem, pasta z fasoli, świeże warzywa, rumianek 1,6,7	Jajecznicza Chleb z masłem, ser żółty, świeże warzywa, herbata 1,6,7
Zupa	Magiczna Mikstura: Zupka z zielonych warzyw z ziemniaczkami 7,9	Zupa Supermena: Rosół na 3 rodzajach mięsa z makaronem bzgl/bzml 9	Księżycowa dama: Zupa z czerwonej soczewicy 9 bzgl/bzml	Zupa smoka: Barszcz ukraiński 9 bzgl/bzml	Pan Pomidor: Pomidorowa z ryżem bzgl/bzml 9
Zupa wegetariańska	Zupka z zielonych warzyw z ziemniaczkami bzgl/bzml 9	Bulion warzywny z makaronem 1,9	Koperkowa 7,9	Jarzynowa 7,9	Czarodziejski krem: Zupka krem z białych warzyw z grzankami 1,7,9
Danie główne	Makaron penne z szynką w sosie śmietanowym, warzywa na parze 1,7	Udzik pieczony, ryż, surówka z marchewki 9	Pulpeciki z szynki wieprzowej w sosie koperkowym, kasza bulgur, coleslaw z czerwonej kapusty 1,3,7,9	Panierowany filet z indyka, ziemniaki, fasolka szparagowa 1,7,9	Paluszki rybne, ziemniaki, surówka z kiszanej kapusty, jabłka i marchwi 4,9,1,3
Danie główne dietetyczne	Makaron bezglutenowy z szynką w sosie śmietanowym (wegańska śmietanka), warzywa na parze	Udzik pieczony, ryż, surówka z marchewki 9	Pulpeciki z szynki wieprzowej w sosie koperkowym, kasza gryczana, coleslaw z czerwonej kapusty 9	grillowany filet z indyka, ziemniaki, fasolka szparagowa	Pieczony filet z miruny, ziemniaki, surówka z kiszanej kapusty , jabłka i marchwi 4
Danie główne wegetariańskie	Makaron z potrawką z tofu z warzywami 1,7,9	Medalion warzywno – serowy, ryż, surówka z marchewki 1,3,7,9	Pulpeciki cieciorowo – jaglane w sosie koperkowym, kasza bulgur, coleslaw z czerwonej kapusty 1,3,7,9	Lasagne szpinakowa 1,3,7,9	Kotlet jajeczny, ziemniaczki, surówka z kiszanej kapusty, jabłka i marchwi 1,3,7
Podwieczorek	Mini drożdżówka z budyniem 1,7 (KSYLITOL),	Kisiel z tartym jabłkiem i chrupki kukurydziane 1 (KSYLITOL)	Ciasto zebra 1,3 (KSYLITOL),	Mus owocowy, chrupki kukurydziane 1 BEZ CUKRU	Naleśniki z serem (ksylitol)
Podwieczorek dietetyczny	Ciasto dietetyczne	Kisiel z tartym jabłkiem i chrupki kukurydziane	Ciasto dietetyczne	Mus owocowy, wafle ryżowe	Naleśniki z jabłkiem

	PONIEDZIAŁEK 25-03	WTOREK 26-03	ŚRODA 27-03	CZWARTEK 28-03	PIĄTEK 29-03
Śniadanie	Owsianka czekoladowa, chleb ze słonecznikiem z masłem, szyneczka gotowana, świeże warzywa, herbata żurawinowa 1,7,	Tosty z wędliną i żółtym serem, świeże warzywa, kakao 1,7,	Płatki jaglane z jabłkiem i cynamonem, Pieczywo pszenne z masłem, polędwica drobiowa, świeże warzywa, herbatka malinowa 1,7	Mix pieczywa z masłem, parówka z szynki, ser żółty, ketchup, świeże warzywa, mięta 1,7	Jajecznicza Pieczywo żytnie z masłem, szyneczka, pasta z tuńczyka , świeże warzywa, kakao 1,7
Śniadanie bezmleczne/ bezglutenowe/ bez jajeczne	Owsianka bżgl czekoladowa na mleku roślinnym, chleb bżgl z masłem roślinnym, szyneczka gotowana, świeże warzywa, herbata żurawinowa	Tosty z wędliną i serem wegańskim z pieczywem bżgl, świeże warzywa, kakao	Płatki jaglane na mleku roślinnym z jabłkiem i cynamonem, pieczywo bżgl z masłem roślinnym, polędwica drobiowa, świeże warzywa, herbatka owocowa	Mix pieczywa bżgl z masłem, roślinnym parówka z szynki, ser żółty wegański, ketchup, świeże warzywa, mięta	Pieczywo bżgl z masłem roślinnym, szyneczka, świeże warzywa, kakao na mleku roślinnym
Śniadanie wegetariańskie	Owsianka czekoladowa, chleb ze słonecznikiem z masłem, wędlina wegańska, świeże warzywa, herbatka żurawinowa 1,6,7	Tosty z serem, świeże warzywa, kakao 1,7	Płatki jaglane z jabłkiem i cynamonem, pieczywo pszenne z masłem, polędwica wegańska, świeże warzywa, herbatka owocowa 1,6,7	Mix pieczywa z masłem, parówka sojowa, ser żółty wegański, ketchup, świeże warzywa, mięta 1,6,7	Jajecznicza Pieczywo żytnie z masłem, wędlina wegańska, świeże warzywa, kakao 1,6,7
Zupa	Zupa brokułowo-kalafiorowa 9,bzgl/bzml	Pan Pomidor: Zupa Pomidorowa z ryżem bżgl/bzml 9	Zupa supermena: Rosół z makaronem Bzgl/bzml 9	Muminki: Krem z marchewki, grzanki 1,7,9	Krupnik bżgl/bzml 9
Zupa wegetariańska	Zupa brokułowo – kalafiorowa 9	Zupa Pomidorowa z ryżem 7,9	Bulion warzywny z Makaronem 1,9	Muminki: Krem z marchewki, grzanki 1,7,9	Żurek na bulionie Warzywnym 1,7,9
Danie główne	Makaron spaghetti z sosem bolońskim i warzywami, 1,7,9	Kotlet siekany drobiowy, ziemniaczki, surówka z kalarepy, jabłka i marchwi z jogurtem 1,3,7,9	Potrawka warzywna, kasza jęczmienna, surówka z kiszzonego ogórka	Grillowany fileć z kurczaka z, ziemniaki, sałata masłowa z ogórkiem i jogurtem 1,7,3	Pierogi z serem z polewą jogurtową, surówka z marchwi i jabłka 1,3,7
Danie główne dietetyczne	Makaron Spaghetti bżglnz sosem neapolitańskim	Kotlet siekany drobiowy z pieca, ziemniaczki, surówka z kalarepy, marchwi i jabłka z winegretem	Potrawka warzywna, kasza gryczana, surówka z kiszzonego ogórka	Pieczony fileć z indyka z pieca, ziemniaki, sałata masłowa z ogórkiem i oliwą	Naleśniki z jabłkiem
Danie główne wegetariańskie	Makaron Spaghetti z sosem neapolitańskim z warzywami	Kotlet z burki i kaszy gryczanej, ziemniaczki, surówka z kalarepy, marchwi i jabłka z jogurtem	Potrawka warzywna, kasza jęczmienna, surówka z kiszzonego ogórka	Kotlet sojowy, ziemniaki, sałata masłowa z ogórkiem i jogurtem 1,3,6,7	Pierogi z serem i owocami z polewą jogurtową, surówka z marchwi i jabłka 1,3,7
Podwieczorek	Ciasto drożdżowe 1,3,7 (KSYLITOL),	Koktajl bananowy z chia, WAFLE RYŻOWE 1,7 BEZ CUKRU	Kanapka z żółtym serem i świeżymi warzywami 1,7	Budyń owsiany 1,7 (KSYLITOL),	Mini drożdżówka z makiem 1,7 (KSYLITOL)
Podwieczorek dietetyczny	Ciasto dietetyczne	Koktajl bananowy z chia, wafle ryżowe	Kanapka z żółtym serem i świeżymi warzywami	kisiel	Ciasto dietetyczne