

Posiłek	Poniedziałek 20.06.2022	wtorek 21.06.2022	środa 22.06.2022	czwartek 23.06.2022	piątek 24.06.2022
<b>Śniadanie</b>	serek waniliowy, masło extra 82%, bułka maślana	pasta z kurczaka z suszonymi pomidorami, rzodkiewka, papryka, masło extra 82%, chleb pytłowy	jajko w sosie jogurtowo- majonezowym, kielbaska krakowska, ogórek zielony, sałata masłowa, bułka kukurydziana	pierś z indyka gotowana, pomidor, roszponka, masło extra 82%, bułka grahamka	pasta dyniowa z sezamem, ser żółty EDAMSKI, ogórek kiszony, masło extra 82%, mix pieczywa: chleb tostowy graham, bułka wrocławska
	<i>gluten (pszenica), mleko, jajko</i>	<i>mleko, gluten (pszenica, żyto)</i>	<i>jajko, mleko, gluten (pszenica)</i>	<i>mleko, gluten (pszenica, żyto)</i>	<i>mleko, sezam, gluten (pszenica, jęczmień)</i>
	40g/10g/1 szt	40g/5g/15g/10g/60g	40g/20g/10g/1 szt	40g/20g/2g/10g/1 szt	20g/20g/20g/10g/55g
	herbata malinowa	herbata czarna z cytryną	herbata rooibos	herbata imbirowa	herbata czarna z cytryną
	150 ml	150 ml	150 ml	150 ml	150 ml
<b>Obiad</b>	pejzanka z kapustą i pomidorami	zupa „grochówka” z soczewicy z kielbaską	zupa pomidorowa z ryżem i koperkiem	barszcz ukraiński z fasolką szparagową	zupa szczawiowo-szpinakowa z jajkiem
	<i>mleko, seler</i>	<i>gluten (pszenica), seler</i>	<i>mleko, seler</i>	<i>mleko, seler</i>	<i>jajko, mleko, seler</i>
	200 ml	200 ml	200 ml	200 ml	200 ml
	risotto z kurczakiem, brokułem, zielonym groszkiem i papryką	klopsiki wieprzowe w sosie porowym, kasza jęczmienna, ogórek kiszony	łosoś pieczony w panierce, ziemniaczki- puree, surówka z białej kapusty i marchewki w sosie winegret	makaron z serem białym i masłem	pierogi ruskie z masłem, surówka z czerwonej kapusty
	<i>gluten (pszenica, jęczmień), jajko, mleko</i>	<i>gluten (pszenica), jajko, mleko</i>	<i>gluten (pszenica), jajko, ryba</i>	<i>gluten (pszenica), mleko</i>	<i>mleko, gluten (pszenica)</i>
80g/100g	60g/100g/50g	60g/100g/50g	100g/80g	160g/50g	
kompot wieloowocowy	kompot jabłkowy	lemoniada cytrynowa z miętą	kompot jabłkowy	kompot wieloowocowy	
<b>Podwieczorek</b>	jogurt malinowy z nasionami chia	arbuz, wafel ryżowy	świeże truskawki pod jogurtową pierzynką	ciasto marchewkowe z wiórkami kokosowymi	kakaowe batoniki owsiane (własnego wyrobu)
	<i>mleko</i>		<i>mleko</i>	<i>mleko, jajko, gluten (pszenica)</i>	<i>gluten (owies), mleko</i>
	150g	150g, 1 szt	100g, 50g	1 szt	1 szt