

<b>17.01.2022 Pon. Dieta przedszkolna</b>	Bufet warzywny: Pomidor, sałata, ogórek , pomidor 50g Chleb pszenno-żytni, Chleb słonecznikowy 60g (1) Ser żółty 10g Masło 10g ( 7) Herbata miętowa 200ml (7)	Płatki kukurydza 30g z mlekiem 150ml	Zupa: Kapuśniak z białej kapusty 200g (9) II Danie Kaszotto z kaszy pęczak z wieprzowiną duszoną , marchewką, groszkiem i brokułem (1) Kompot z Agrestu 150ml	Mandaryn ka 50g
<b>17.01.2022 Pon. Dieta Bezmleczna</b>	Pomidor, sałata, ogórek , pomidor 50g Chleb pszenno-żytni, Chleb słonecznikowy 60g (1) Tofu w plastrach Masło roślinne 10g Herbata miętowa 200ml	Płatki kukurydza ane z mlekiem ryżowym	Zupa: Kapuśniak z białej kapusty 200g (9) II Danie Kaszotto z kaszy pęczak z wieprzowiną duszoną , marchewką, groszkiem i brokułem (1) Kompot z Agrestu 150ml	Mandaryn ka 50g
<b>18.01.2022 Wt. Dieta przedszkolna</b>	Bufet warzywny: Pomidor, szpinak , ogórek ,kiełki fasoli 50g Chleb pszenno-żytni, Chleb słonecznikowy 60g (1) Szynka ze schabu 10g Masło 10g ( 7) Herbata malinowa 200ml (7)	Płatki owsiane na mleku z musem truskawk owym (7)	Zupa: Pomidorowa z ryżem 200g (1,7,9) II Danie Jajko w sosie koperowym z ziemniakami i fasolką zieloną 320g (1,3) Lemoniada pomarańczowa 150ml	Gruszka 50g
<b>18.01.2022 Wt. Dieta Bezmleczna</b>	Bufet warzywny: Pomidor, szpinak , ogórek ,kiełki fasoli 50g Chleb pszenno-żytni, Chleb słonecznikowy 60g (1) Szynka ze schabu 10g Masło roślinne 10g Herbata malinowa 200ml (7)	Płatki owsiane na mleku ryżowym z musem truskawk owym	Zupa: Pomidorowa z ryżem 200g (1,9) II Danie Jajko w sosie koperowym z ziemniakami i fasolką zieloną 320g (1,3) Lemoniada pomarańczowa 150ml	Gruszka 50g
<b>19.01.2022 Śr. Dieta przedszkolna</b>	Bufet warzywny ; Ogórek, papryka ,szpinak ,50g Bułka wrocławska 50g (1)	Sok pomarańc zowy wolno	Zupa: Barszcz ukraiński 200g II Danie: Makaron z sosem bolognese 240g (1,9)	Banan 50g

	Jajko 0,5 szt( 3 ) Miód naturalny 10g Masło naturalne 10g (7) Kakao na mleku 3,2% ( 7) 150 ml	tłoczony 150ml	Kompot wielowocowy (aronia, czereśnia, porzeczka) 150ml	
<b>19.01.2022 Śr.</b> <b>Dieta</b> <b>Bezmleczna</b>	Bufet warzywny ; Ogórek, papryka ,szpinak ,50g Bułka wrocławska 50g (1) Jajko 0,5 szt( 3 ) Miód naturalny 10g Masło roślinne 10g Kakao na ryżowym 3,2% 150 ml	Sok pomarańc zowy wolno tłoczony 150ml	Zupa: Barszcz ukraiński 200g II Danie: Makaron z sosem bolognese 240g (1,9) Kompot wielowocowy (aronia, czereśnia, porzeczka) 150ml	Banan 50g
<b>20.01.2022 Czw.</b> <b>Dieta przedszkolna</b>	Bukiet warzyw ; Pomidor, ogórek, rucola 50g Chleb pszenno żytni, 25g Bułka maślana 25g (1) Masło roślinne 10g Dżem truskawkowy Herbata malinowa 150ml	Jogurt naturalny z brzoskwini ami 150g (7)	Zupa: Rosół z grysiem 200g (1,7,9) II Danie Ciapkapusta z świeżej białej kapusty z kotлетem smażonym z piersi kurczaka 240g (1,3) Lemoniada cytrynowa 150ml	Jabłko 50g
<b>20.01.2022 Czw.</b> <b>Dieta</b> <b>Bezmleczna</b>	Bukiet warzyw ; Pomidor, ogórek, rucola 50g Chleb pszenno żytni, 25g Bułka maślana 25g (1) Masło roślinne 10g Dżem truskawkowy Herbata malinowa 150ml	Jogurt roślinny z brzoskwini ami 150g	Zupa: Rosół z grysiem 200g (1,9) II Danie Ciapkapusta z świeżej białej kapusty z kotлетem smażonym z piersi kurczaka 240g (1,3) Lemoniada cytrynowa 150ml	Jabłko 50g
<b>21.01.2022 Pt.</b> <b>Dieta przedszkolna</b>	Bufet Warzywny ; Roszponka, papryka mix Bułka wrocławska 50g (1) Pasta z tuńczyka30g (4) Tofu w plastrach 10g Herbata miętowa 200ml	Wafle ryżowe 20g z miodem 5g	Zupa: Grochowa 300ml II Danie Kotlet rybny Morszczuk smażony z ziemniakami i surówką z marchewki 350g (1,4,3) Kompot z jabłek 150ml	Mandaryn ka 50g

<b>21.01.2022 Pt.</b> <b>Dieta</b> <b>Bezmleczna</b>	Bufet Warzywny ; Roszponka, papryka mix Bułka wrocławska 50g (1) Pasta z tuńczyka 30g (4) Tofu w plastrach 10g Herbata miętowa 200ml	Wafle ryżowe 20g z miodem 5g	Zupa: Grochowa 300g II Danie Kotlet rybny morszczuk smażony z ziemniakami i surówką z marchewki 350g (1,4,3) Kompot z jabłek 150ml	Mandaryn ka 50g
<b>24.01.2022 Pon.</b> <b>Dieta przedszkolna</b>	Bufet warzywny ; Pomidor, oliwki czarne, rukola 50g Chleb pszenny Chleb graham (1)60g Pasta z białego sera ze szczypiorkiem (7)30g Szynka ze schabu 10g Masło naturalne (7)10g Herbata zielona 150ml	Budyń na mleku 3,2%śmie tankowo czekolado wy 150g (7 )	Zupa: Zupa ogórkowa 200g (7,9) II Danie Ryż s sosem po meksykański 250g Kompot wiśniowy 150g	Gruszka 50g
<b>24.01.2022 Pon.</b> <b>Dieta Bezmleczna</b>	Bufet warzywny ; Pomidor, oliwki czarne, rukola 50g Chleb pszenny Chleb graham (1)60g Pasta z białego sera ze szczypiorkiem (7)30g Szynka ze schabu 10g Masło roślinne )10g Herbata zielona 150ml	Budyń śmietank owo czekolado wy na mleku ryżowym 150g	Zupa: Zupa ogórkowa 200g (,9) II Danie Ryż s sosem po meksykański 250g Kompot wiśniowy 150g	Gruszka 50g
<b>25.01.2022 Wt.</b> <b>Dieta przedszkolna</b>	Bufet warzywny ; Pomidor, papryka , rukola 50g Chleb pszenny Chleb graham (1)60g  Pasztet wieprzowy własnego wyrobu 20g (3) Masło naturalne (7)10g Kakao na mleku 3,2% (7) 150ml	Flipsy kukurydzi any 25g	Zupa; Koperkowa z ryżem 200g (7,9) II Danie; Kotlet z piersi z ziemniakami i surówką colesław 285g (1,7,3) Kompot wielowocowy (aronia, czereśnia, porzeczka) 150ml	Banan 50g
<b>25.01.2022 Wt.</b>	Bufet warzywny ;	Flipsy	Zupa;	Banan 50g

<b>Dieta Bezmleczna</b>	Pomidor, papryka , rukola 50g Chleb pszenny Chleb graham (1)60g Paszтет wieprzowy własnego wyrobu 20g (3) Masło roślinne )10g Kakao na mleku ryżowym 150ml	kukurydzi any 25g	Koperkowa z ryżem 200g (9)  II Danie; Kotlet z piersi z ziemniakami i surówką colesław 285g (1 ,3) Kompot wieloowocowy (aronia, czereśnia, porzeczka) 150ml	
<b>26.01.2022 Śr Dieta przedszkolna</b>	Bufet Warzywny ; Roszponka, papryka mix Bułka wrocławska 50g (1) Szynka wieprzowa 10g Masło naturalne 10g (7) Herbata malinowa 150 ml	Masza manna na mleku 3,2% z musem truskawk owym 150g	Zupa; Krem z groszku z grzankami 200g (1) II Danie Kluski serowe z masłem i cukrem trzcinowym 250g (7,3) Kompot agrestowy 150ml	Jabłko 50g
<b>26.01.2022 Śr. Dieta Bezmleczna</b>	Bufet Warzywny ; Roszponka, papryka mix Bułka wrocławska 50g (1) Szynka wieprzowa 10g Masło roślinne 10g Herbata malinowa 150 ml	Masza manna na mleku 3,2% z musem truskawk owym 150g	Zupa; Krem z groszku z grzankami 200g (1) II Danie Kluski serowe z masłem i cukrem trzcinowym 250g (7,3) Kompot agrestowy 150ml	Jabłko 50g
<b>27.01.2022 Czw. Dieta przedszkolna</b>	Bufet Warzywny ; Roszponka, papryka mix Bułka wrocławska 50g (1) Pasta z białego sera ze szczypiorkiem 30g(7) Kakao na mleku 3,2 % 150ml (7 )	Jogurt naturalny z płatkami kukurydzi anymi 150 g	Zupa: Zupa szpinakowa z ziemniakami II Danie Łazanki z białą kapustą i gotowaną wieprzowiną 270g (1,9,3) Herbata miętowo-owocowa 150ml	Mandaryn ka 50g
<b>27.01.2022 Czw. Dieta Bezmleczna</b>	Bufet Warzywny ; Roszponka, papryka mix Bułka wrocławska 50g (1) Rozdrobione tofu ze szczypiorkiem 30g	Jogurt roślinny z płatkami kukurydzi anymi 150 g	Zupa: Zupa szpinakowa z ziemniakami II Danie Łazanki z białą kapustą i gotowanym mięsem wieprzowym 270g (1,9,3) Herbata miętowo-owocowa	Mandaryn ka 50g

	Kakao na mleku ryżowym 150ml		150ml	
<b>28.01.2022 Pt. Dieta przedszkolna</b>	Bufet warzywny ; Papryka, pomidor, sałata 50g Humus z ciecierzycy 20g Chleb pszenno-żytni Bułka maślana 0,5sz 50g Miód naturalny 10g Masło naturalne 10g (7) Kakao na mleku 3,2% (7) 150 ml	Koktajl na kefirze jagodowy 150g (7)	Zupa : Barszcz biały z ziemniakami 200g (7) II Danie; Paluszki rybne z puree ziemniaczanym i surówką z białej kapusty z papryką (1,3) Kompot z jabłek 150ml	Gruszka 50g
<b>28.01.2022 Pt. Dieta Bezmleczna</b>	Bufet warzywny ; Papryka, pomidor, sałata 50g Humus z ciecierzycy 20g Chleb pszenno-żytni 50g Miód naturalny 10g Masło roślinne Kakao na mleku ryżowym 150 ml	Koktajl na jogurcie roślinnym jagodowy 150g	Zupa : Barszcz biały z ziemniakami 200g II Danie; Paluszki rybne z puree ziemniaczanym i surówką z białej kapusty z papryką (1,3) Kompot z jabłek 150ml	Gruszka 50g

#### **Alergeny opis ;**

1. Gluten    8. Orzechy
2. Skorupiaki i produkty pochodne    9. Seler i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne    10. Gorczyca i produkty pochodne
4. Ryby    11. Nasiona sezamu
5. Orzeszki ziemne i produkty pochodne    12. Dwutlenek siarki
6. Soja i produkty pochodne    13. Łubin i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne (laktoza)    14. Mięczaki i produkty pochodne