**Tygodniówka od 6.10 do 10.10.2025 r.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Dzień tygodnia** | **I śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| Poniedziałek | Bułeczka **pszenna (mąka pszenna, mąka żytnia**)**masło**Pasztet drobiowyPomidor Herbata z cytryną | I danie: Ogórkowa z ryżem [wywar rosołowy [kości drobiowe, por, marchewka, pietruszka, **seler,** cebula], **śmietana**, ogórki kiszone, ryż, przyprawy]II danie: Spaghetti [makaron **pszenny** (mąka **pszenna**)] z sosem bolońskim [mięso wieprzowe, pomidory w puszcze, cebula, marchewka, por, **jogurt** **naturalny**, przyprawy]Kompot [mix owoców, woda, cukier] |  Chleb pszenno-żytni **(mąka pszenna, mąka żytnia)****masło**Szynka drobiowaSałata masłowaKawałki **twarożku**Herbata z cytryną |
| Wtorek | Płatki miodowe z mlekiem [**mleko**, płatki kukurydziane], bułeczka {**mąka pszenna**] **(mąka kukurydziana)**, **masło, miód,**jabłkoHerbata malinowa | I danie: Zupa z soczewicy z warzywami [wywar rosołowy (kości wieprzowe, porcje z kurczaka, marchewka, pietruszka, **seler,** por) soczewica, cebula, czosnek, oliwa z oliwek, **jogurt naturalny]**II danie: Kotlet panierowany [pierś z kurczaka, **jaja, mąka pszenna**, przyprawy]Z ziemniakami **[masło,** koperek]I sałatą lodową [sałata lodowa, sałata rzymska, czosnek, majonez, **jogurt naturalny**, przyprawy]Kompot [mix owoców, woda, cukier] | Chlebek bananowy z gorzką czekoladą [banany**, jaja, masło, mąka pszenna**, soda, gorzka czekolada] Sok owocowy 100% |
| Środa  | Chleb graham (**mąka** **pszenna, mąka graham**) **masło** Pasta jajeczna z kawałkami szynki i szczypiorkiem [**jaja**, **jogurt naturalny**, majonez, szczypiorek, szynka drobiowa, przyprawy]paprykaHerbata zielona/**kakao**  | I danie: Barszcz biały z ziemniakami [wywar rosołowy (kości drobiowe, marchewka, pietruszka, **seler**, por, cebula), zakwas owsiany (płatki owsiane, **mąka** orkiszowa, czosnek) **jaja, śmietana**, przyprawy, ziemniaki]II danie: Gulasz wieprzowy **[**szynka wieprzowa, cebula, papryka**, śmietana, mąka pszenna, jogurt naturalny, przyprawy]** Z kaszą jęczmienną perłową I surówka z marchewki [marchew, jabłko, majonez, **jogurt naturalny**, przyprawy] Kompot [mix owoców, woda, cukier] |  Grzanka [chleb tostowy (**mąka pszenna)**] z **masłem i miodem** gruszka**Mleko** |
| Czwartek | Chleb pszenny **[mąka pszenna, mąka żytnia]****masło**Parówka wieprzowaOgórek świeżyKetchupHerbata z cytryną | I danie: Krem pomidorowy z ptysiami **[**wywar (kości drobiowe, marchewka, pietruszka, **seler)**, pomidory w puszce**,** ryż, **śmietana, jogurt naturalny**, koncentrat pomidorowy, **mąka pszenna**, natka pietruszki, przyprawy]II danie: Pierogi ruskie [**mąka pszenna, twaróg**, cebula, ziemniaki przyprawy]Kompot [mix owoców, woda, cukier] | Zapiekanka [**chleb pszenny (mąka pszenna)**] z serem i szynką [**masło,** ketchup]Pomidor koktajlowyHerbata rumiankowa  |
| Piątek  | Bagietka **pszenna (**mąka **pszenna)**, **masło**, **ser żółty rycki edam**Sałata lodowaHerbata koperkowa  | I danie: Szpinakowa [wywar (porcje drobiowe, marchewka, pietruszka, **seler,** por) czosnek, szpinak, **jogurt naturalny]**II danie: Ryba panierowana(ryba miruna, **mąka pszenna,** **jaja**, **bułka tarta**, przyprawy) z ziemniakami (**masło**)i surówką colesław [kapusta biała, **miód,** marchew, **jogurt naturalny,** majonez, szczypiorek, przyprawy]Kompot [mix owoców, woda, cukier] | Mix owoców [jabłko, brzoskwinia, śliwka] |

* alergeny i produkty powodujące reakcję nietolerancji są wyróżnione w poprzez **pogrubienie** czcionki