**Tygodniówka od 17.02 do 21.02.2025 r.**

**.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Dzień tygodnia** | **I śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| Poniedziałek | Chleb **pszenno**-**żytni (**mąka **pszenna,** mąka **żytnia)**, **masło**, szynka drobiowa, kawałki **twarożku**, sałata zielona  Herbata z cytryną | I danie: Rosół z ryżem [wywar rosołowy (kości drobiowe, marchewka, pietruszka, **seler,** cebula), ryż**,** marchewka, natka pietruszki, przyprawy**]**  II danie: Spaghetti [makaron **pszenny** (mąka **pszenna**)]  z sosem bolońskim [mięso wieprzowe, pomidory w puszcze, **jogurt** **naturalny**, przyprawy]  Kompot [mix owoców, woda, cukier] | Mix owoców  (banan, jabłko, gruszka) |
| Wtorek | Bułka weka(**mąka pszenna**)  **nutella (orzechy laskowe, kakao, mleko)** , **masło**, banan  **Mleko** | I danie: Kalafiorowa [bulion warzywny [kalafior, por, marchewka, pietruszka, **seler,** cebula], **śmietana**, przyprawy]  II danie: Dramstik pieczony [udko z kurczaka, przyprawy] z ryżem [**masło**] i surówką z kapusty pekińskiej [kapusta pekińska, ogórek, pomidor, **jogurt** **naturalny**]  Kompot [mix owoców, woda, cukier] | Galaretka owocowa z kawałkami brzoskwiń  Herbatniki |
| Środa | Płatki kukurydziane na mleku [**mleko**, płatki kukurydziane], bułeczka **pszenna (mąka pszenna)**, **masło, miód,** jabłko  Herbata z cytryną | I danie: Grochowa [wywar rosołowy (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **śmietana**, groch łuskany, natka pietruszki, przyprawy]  II danie: Kotlet szarpany [mięso drobiowe, marchewka, **jaja**, przyprawy]  Z puree ziemniaczanym [**masło**]  I surówką z kapusty pekińskiej [**śmietana** **18%,** jabłko, marchewka, przyprawy]  Kompot [mix owoców, woda, cukier] | Serek waniliowy [**twaróg**, **jogurt** **naturalny**, wanilia, cukier puder]  z granolą i malinami |
| Czwartek | Weka **pszenna** (**mąka** **pszenna**) **masło** , kiełbasa krakowska drobiowa, pasta z twarożku (**jogurt** **naturalny**, **twaróg**), papryka  Herbata z cytryną | I danie: Pomidorowa z zacierką [wywar (kości drobiowe, marchewka, pietruszka, **seler**), pomidory w puszce, zacierka (**mąka** **pszenna**), **śmietana**, koncentrat pomidorowy, natka pietruszki, przyprawy]  II danie: Pierogi ruskie [**mąka pszenna**, woda, **twaróg**, cebula, ziemniaki, pieprz, sól]  Kompot [mix owoców, woda, cukier] | Ciasto zebra (wyrób własny) [mąka **pszenna**, **jaja**, **jogurt** **naturalny**, kakao, olej słonecznikowy]  Sok jabłkowy 100% |
| Piątek | Bagietka **pszenna (**mąka **pszenna)**, **masło**, **ser** żółty, jajko gotowane, pomidor  Herbata rumiankowo-koperkowa | I danie: Krem z białych warzyw z grzankami [wywar (porcje drobiowe, marchewka, ziemniaki, pietruszka, **seler,** cebula ,por)  (**mąka** **pszenna**, grzanki **pszenne**, **śmietana**, przyprawy)]  II danie: Ryba miruna panierowana (ryba miruna, **jaja**, bułka tarta **pszenna**, mąka **pszenna**, przyprawy) z ziemniakami ( ziemniaki, **masło**, koperek) i kapustą kiszoną (kapusta, marchewka, **seler**, por, oliwa z oliwek, sól, pieprz)  Kompot [mix owoców, woda, cukier] | Jogurt pitny truskawkowy (**jogurt** **naturalny**, truskawki)  Chrupki kukurydziane |

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