

Jadłospis – dieta podstawowa

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Śniadanie	Domowe musli z suszonymi owocami i miodem na mleku + owoc sezonowy	Ser żółty + wędlina + talerz warzyw + masło + chleb razowy + talerz warzyw + owoc sezonowy	Chleb słonecznikowy + masło + ser żółty + wędlina + twarożek z warzywami + talerz warzyw + owoc sezonowy	Owsianka z prażonym jabłkiem na mleku + owoc sezonowy	Włoska pasta z pesto bazyliowym, pomidorami i świeżą bazylią + ser żółty + masło + chleb razowy + talerz warzyw* + jajecznicza ze szczypiorkiem + owoc sezonowy
Obiad	Ogórkowa z ryżem i świeżym koperkiem Panierowany filet z kurczaka + pieczone ziemniaki (+ sałatka ze świeżych warzyw	Krupnik z kaszą jęczmienną , ziemniaki i natką pietruszki Kluski drożdżowe na parze w sosie truskawkowym	Rosół drobiowy z makaronem i natką pietruszki Kotlet schabowy + kluski śląskie z sosem pieczeniowym + gotowana biała kapusta z koperkiem	Delikatna grochówka z ziemniakami Zapiekanka makaronowa z brokułami, kukurydzą i serem feta w sosie beszamelowym zapieczona serem mozzarella	Buraczana z ziemniakami zabielana śmietaną Pulpety ryбно-warzywne + ziemniaki puree z koperkiem + surówka z kiszonej kapusty z marchewką, jabłkiem i natką pietruszki
Podwieczorek	Kolorowe kanapki Chleb słonecznikowy, masło, wędlina, ser żółty, warzywa	Jogurt naturalny z musem owocowym + płatki kukurydziane	Domowy kisiel owocowy + wafle	Kolorowe kanapki Chleb słonecznikowy, masło, wędlina, ser żółty, warzywa	Domowe ciasto z jabłkiem i cynamonem

Jadłospis – dieta bezmleczna

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Śniadanie	Domowe musli z suszonymi owocami i miodem na napoju ryżowym + owoc sezonowy	Wędlina + domowy pasztet wieprzowo-drobiowy + talerz warzyw+ masło roślinne + chleb razowy + talerz warzyw + owoc sezonowy	Chleb słonecznikowy + masło roślinne + wędlina + pasta warzywna + talerz warzyw + owoc sezonowy	Owsianka z prażonym jabłkiem na napoju ryżowym + owoc sezonowy	Włoska pasta z pesto bazyliowym, pomidorami i świeżą bazylią + wędlina + masło roślinne + chleb razowy + talerz warzyw+ jajecznica ze szczypiorkiem + owoc sezonowy
Obiad	Ogórkowa z ryżem i świeżym koperkiem Panierowany filet z kurczaka + pieczone ziemniaki + sałatka ze świeżych warzyw	Krupnik z kaszą jęczmienną , ziemniaki i natką pietruszki Knedle z truskawkami w sosie owocowym	Rosół drobiowy z makaronem i natką pietruszki Kotlet schabowy + kluski śląskie z sosem pieczeniowym + buraczki na ciepło	Delikatna grochówka z ziemniakami Zapiekanka makaronowa z brokułami i kukurydzą w sosie pomidorowym	Buraczana z ziemniakami Pulpety rybno- warzywne + ziemniaki puree z koperkiem + surówka z kiszzonej kapusty z marchewką, jabłkiem i natką pietruszki
Podwieczorek	Kolorowe kanapki Chleb słonecznikowy , masło roślinne, wędlina, jajko , warzywa	Jogurt kokosowy z musem owocowym + płatki kukurydziane	Domowy kisiel owocowy + wafle	Kolorowe kanapki Chleb słonecznikowy , masło roślinne, wędlina, jajko , warzywa	Domowa muffinka z jabłkiem i cynamonem

Jadłospis – dieta bezglutenowa

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Śniadanie	Domowe musli z suszonymi owocami i miodem na mleku 3,2 % + owoc sezonowy	Ser żółty + wędlina + talerz warzyw* + masło + chleb bezglutenowy + talerz warzyw + owoc sezonowy	Chleb bezglutenowy + masło + ser żółty + wędlina + twarożek z warzywami talerz warzyw + owoc sezonowy	Owsianka z prażonym jabłkiem na mleku 3,2 % + owoc sezonowy	Włoska pasta z pesto bazyliowym, pomidorami i świeżą bazylią + ser żółty + masło + chleb bezglutenowy + talerz warzyw+ jajecznica ze szczypiorkiem + owoc sezonowy
Obiad	Ogórkowa z ryżem i świeżym koperkiem Panierowany filec z kurczaka + pieczone ziemniaki + sałatka ze świeżych warzyw	Krupnik z kaszą gryczaną, ziemniaki i natką pietruszki Knedle z truskawkami w sosie owocowym	Rosół drobiowy z makaronem ryżowym i natką pietruszki Kotlet schabowy + kluski śląskie w sosie pieczeniowym + gotowana biała kapusta z koperkiem	Delikatna grochówka z ziemniakami Bezglutenowa zapiekanka makaronowa z brokułami, kukurydzą i serem feta w sosie beszamelowym zapieczona serem mozzarella	Buraczana z ziemniakami zabielana śmietaną Pulpety rybno-warzywne + ziemniaki puree z koperkiem + surówka z kiszzonej kapusty z marchewką, jabłkiem i natką pietruszki (
Podwieczorek	Kolorowe kanapki Chleb bezglutenowy, masło , wędlina, ser żółty , warzywa	Jogurt naturalny z musem owocowym + płatki kukurydziane	Domowy kisiel owocowy + flipsy	Kolorowe kanapki Chleb bezglutenowy, masło , wędlina, ser żółty , warzywa	Domowy gofr bezglutenowy z cynamonem i prażonym jabłkiem

Jadłospis – dieta wegetariańska

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Śniadanie	Domowe musli z suszonymi owocami i miodem na mleku 3,2 % + owoc sezonowy	Ser żółty + pasta warzywna + talerz warzyw + masło + chleb razowy + talerz warzyw (+ owoc sezonowy	Chleb słonecznikowy + masło + ser żółty + twarożek z warzywami + talerz warzyw + owoc sezonowy	Owsianka z prażonym jabłkiem na mleku 3,2 % + owoc sezonowy	Włoska pasta z pesto bazyliowym, pomidorami i świeżą bazylią + ser żółty + masło + chleb razowy + talerz warzyw + jajecznica ze szczypiorkiem + owoc sezonowy
Obiad	Ogórkowa z ryżem i świeżym koperkiem Panierowane wędzone tofu + pieczone ziemniaki + sałatka ze świeżych warzyw	Krupnik z kaszą jęczmienną , ziemniaki i natką pietruszki Kluski drożdżowe na parze w sosie truskawkowym	Wywar warzywny z makaronem i natką pietruszki Kotlet wegetariański pieczarkowy + ziemniaki puree + buraczki na ciepło	Delikatna grochówka z ziemniakami Zapiekanka makaronowa z brokułami, kukurydzą i serem feta w sosie beszamelowym zapieczona serem mozzarella	Buraczana z ziemniakami zabielana śmietaną Pulpet warzywny + ziemniaki puree z koperkiem + surówka z kiszonej kapusty z marchewką, jabłkiem i natką pietruszki
Podwieczorek	Kolorowe kanapki Chleb słonecznikowy, masło, jajko, ser żółty, warzywa	Jogurt naturalny z musem owocowym + płatki kukurydziane	Domowy kisiel owocowy + wafle	Kolorowe kanapki Chleb słonecznikowy, masło, ser żółty, warzywa	Domowe ciasto z jabłkiem i cynamonem