C NORMALNY	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek **19.10.2026**	**Kasza manna na mleku** Gluten, białko mleka krowiego 2,1 **Bułka angielka/ grahamka z masłem** gluten, białko mleka krowiego 2,1 ***Twarożek naturalny ze szczypiorkiem*** Białko mleka krowiego 1 Marchewka w słupki, jabłko Herbata owocowa / woda źródlana	**Zupa pomidorowa z kaszą kuskus** gluten, seler 2,3 **Ryba miruna gotowana w sosie ziołowym z marchewką** Ryba 5 Surówka z kapusty czerwonej z ogórkiem kiszonym ,cebulą i jabłkiem Ziemniaki Kompot z owoców mieszanych / woda źródlana	**Kakaowy pudding ryżowy na mleku z musem wiśniowym** białko mleka krowiego 1 Herbata owocowa / woda źródlana
Wtorek **20.10.2026**	**Chleb wiejski/graham z masłem** gluten, białko mleka krowiego 2,1 **Jajecznica na parze ze szczypiorkiem** Jaja , białko mleka krowiego 4,1 Pomidor **Kawa zbożowa na mleku** / woda źródlana Białko mleka krowiego 1	**Barszcz czerwony z ziemniakami zabielany jogurtem** seler, białko mleka krowiego 3,1 **Makaron z jagodami i jogurtem naturalnym** gluten, białko mleka krowiego *2,1* Kompot z owoców mieszanych / woda źródlana	**Chałka z masłem** gluten, białko mleka krowiego *2.1* Gruszka Herbata owocowa/ woda źródlana0
Środa **21.10.2026**	***Chleb wiejski/graham z masłem*** gluten, białko mleka krowiego 2,1 Indyk gotowany w przyprawach Wybór warzy (kolorowa papryka ogórek zielony, pomidor ,roszponka) **Kawa zbożowa na mleku** / woda źródlana Białko mleka krowiego, gluten 1,2	**Zupa krem dyniowy z ziemniakami marchewką i sezamem** Seler, sezam 3,6 **Zapiekanka ryżowa z mięsem (szynka) i warzywami** Seler 3 Kompot z owoców mieszanych / woda źródlana	**Koktajl na kefirze (bananowo- malinowo - szpinakowy- z siemieniem lnianym)** Białko mleka krowiego 1 Chrupki kukurydziane Herbata owocowa /woda źródlana
Czwartek **22.10.2026**	**Chleb wiejski/graham z masłem** Gluten, białko mleka krowiego 2,1 Pasta z białej fasoli z cebulką i majerankiem ogórek kwaszony **Kakao naturalne na mleku** / woda źródlana Białko mleka krowiego 1	**Zupa kalafiorowa z zacierką** Gluten, seler 2,3 **Kotlecik drobiowy z piersi kurczaka(smażony)** Jaja, gluten 4,2 Ziemniaki Białko mleka krowiego *1* **Marchewka z groszkiem** Gluten, białko mleka krowiego *2,1* Kompot z owoców mieszanych / woda źródlana	**Bułka angielka/grahamka z masłem** Gluten, białko mleka krowiego *2,1* Dżem truskawkowy niskosłodzony melon herbata owocowa / woda źródlana
Piątek **23.10.2026**	**Kaszka kukurydziana na mleku** Gluten, białko mleka krowiego 2,1 **Bułka angielka/grahamka z masłem** Gluten, białko mleka krowiego 2,1 **Twarożek jagodowy (domowy)** Białko mleka krowiego 1 Herbata owocowa / woda źródlana	**Zupa grecka z soczewicą i ryżem brązowym** Seler 3,2 **Gołąbki w sosie koperkowym** Jaja, gluten 4,2 ziemniaki Surówka z ogórka kiszonego z oliwą z oliwek , szczypiorkiem , jabłkiem Kompot z owoców mieszanych / woda źródlana	Kisiel domowy z tartym jabłkiem ***Wafle tortowe*** gluten 2 Herbata owocowa / woda źródlana