|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Poniedziałek 12.10.2020r. | Wtorek 13.10.2020r. | Środa 14.10.2020r.r | Czwartek 15.10.2020r. | Piątek 16.10.2020r. |
| Śniadanie | Chleb (70g) z masłem (5g) i parówki z keczupem (30g)  Owsianka na mleku z cynamonem - (150ml)  Kakao – 200 ml  **Alergeny: gluten, laktoza**  **Dieta bezglutenowa:**  Chleb bezglutenowy, płatki kukurydziane  **Dieta bezbiałkowa:**  Owsianka z mlekiem bez laktozy | Pieczywo wieloziarniste (70g), z masłem (5g), serem żółtym (20g), szynką (20g), sałatą zieloną (5g) i papryką (5g)  Herbata owocowa – 200ml  **Alergeny: gluten, laktoza**  **Dieta bezglutenowa:**  Chleb bezglutenowy  **Dieta bezbiałkowa:**  Ser kozi | Czekoladowe kulki zbożowe z mlekiem -150ml.  Chleb (70g) z masłem (5g) i hummusem warzywnym (25g)  Herbata miętowa – 200 ml  **Alergeny: gluten, laktoza**  **Dieta bezbiałkowa :**  Czekoladowe kulki z mlekiem b/l  **Dieta bezglutenowa:**  Chleb bezglutenowy | Chleb graham(70g) z masłem(5g) pastą tuńczykowo-jajeczną (20g) z szczypiorkiem (2g) rukolą (2g) i pomidorem (15g)  Herbata owocowa – 200ml  **Alergeny: gluten, laktoza, jajo**  **Dieta bezglutenowa:**  Chleb bezglutenowy  **Dieta bez jajeczna :**  Pasta tuńczykowa bez jajka | Kanapki :  Chleb (70g) z masłem (5g) i polędwicą z indyka (20g)  Serek homogenizowany waniliowy (20g)  Herbata owocowa–200 ml  **Alergeny: gluten, laktoza**  **Dieta bezglutenowa:**  Chleb bezglutenowy  **Dieta bezbiałkowa:**  Mus owocowy |
| Zupa | Zupa krem ziemniaczano-serowy z groszkiem ptysiowym- 250g  **Alergeny: seler, laktoza, gluten**  **Dieta bezbiałkowa**  Zupa krem ziemniaczana z groszkiem ptysiowym  **Dieta bezglutenowa:**  Zupa bez z groszku ptysiowego | Zupa jarzynowa z ziemniakami i koperkiem – 250g  **Alergeny: seler, laktoza**  **Dieta bezbiałkowa:**  Zupa jarzynowa na rosole | Zupa soczewicowa na wędzonce z ziemniakami - 250g  **Alergen: seler** | Rosół z lanym ciastem – 250g  **Alergeny: seler, gluten**  **Dieta bezbiałkowa:**  Rosół z ryżem brązowym | Zupa koperkowa z ryżem - 250g  **Alergeny: seler, laktoza**  **Dieta bezbiałkowa:**  Zupa koperkowa bez śmietany |
| Drugie danie | Łazanki - 200g  **Alergen: gluten**  **Dieta bezglutenowa :**  makaron bezglutenowy  Kompot wieloowocowy – 200ml | Gulasz po węgiersku z makaronem – 200g  **Alergen: gluten**  **Dieta bezglutenowa:**  makaron bezglutenowy  Kompot wiśniowo -miętowy – 200 ml | Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem – 200g  Kompot z czerwonej porzeczki – 200 ml | Pulpety w sosie koperkowym z ziemniakami i surówką z kapusty pekińskiej - 200g  **Alergeny: gluten, jajo, laktoza**  **Dieta bezglutenowa i bezbiałkowa:**  Pulpety z sosem koperkowym b/g i b/L  **Dieta bez jajeczna:**  Pulpety bez jajka  Kompot agrestowo-truskawkowy – 200ml | Pierogi ruskie z masełkiem - 200g  **Alergeny: laktoza, gluten**  **Dieta bezglutenowa:**  Kluski śląskie  **Dieta bezbiałkowa i bezjajeczna:**  Pierogi z owocami  Kompot wieloowocowy – 200ml |
| Podwieczorek | Sałatka z tartej marchewki z jabłkiem  Biszkopty (25g)  **Alergen: gluten**  **Dieta bezglutenowa:**  Wafel ryżowy | Kisiel malinowy (wyrób własny) - 100ml.  Banan (50g) | Galaretka owocowa (150ml)  Herbatniki (20g)  **Alergeny: gluten, jajo**  **Dieta bezglutenowa i bezjajeczna:**  wafel ryżowy | Chałka (60g) z dżemem owocowym (50g)  Jabłko (60g)  **Alergen: gluten**  **Dieta bezglutenowa:**  Chleb b/g z dżemem owocowym | Baton (60g) z masłem (5g) i pasztetem kremowym (15g) Owoc (50g)  **Alergen: gluten**  **Dieta bezglutenowa:**  Chleb b/g z pasztetem b/g |