

Pon.	Śniadanie: Grahamka 50g, masło 4g, twarożek śmietankowy ze szczypiorkiem 30g, ogórek zielony 10g, arbuz 100g BM: Grahamka 50g, ogórek zielony 10g, humus z ciecierzycy 15g, arbuz 100g, pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym	Zupa: Pomidorowa z ryżem, marchewką i porem 250ml	II danie: Łazanki z kapustą, kiełbaską drobiową i pomidorkami 200g Kompot wiśniowo-truskawkowy 100ml	Podwieczorek: Smoothie mleczno-jagodowo-bananowe z daktylami suszonymi 150g BM: Smoothie bananowo-jagodowe z daktylami suszonymi 150g
Wt.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g z masłem 4g, pasta jajeczna 30g, ogórek, roszponka, pestki słonecznika 15g, płatki kukurydziane z mlekiem 150ml BM: Pieczywo BakeMania 50g, pasta jajeczna 30g, ogórek, roszponka, pestki słonecznika 15g, płatki kukurydziane na mleku owsianym 150 ml Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Grochówka z ziemniaczkami, marchewką porem i majerankiem 250ml	II danie: Kotlecik panierowany z piersi kurczaka 60g, ziemniaki 120g, marchew gotowana 60g Lemoniada cytrynowa 100ml	Podwieczorek: Banan 120g, pieczywo chrupkie
Śr.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g, masło 4g, ser gouda 15g, sałata, pomidor 10g, warzywa paski (marchew, ogórek, papryka) 40g BM: Pieczywo BakeMania 50g, ser żółty bez mleka 15g, sałata, pomidor 10g, warzywa paski (marchew, ogórek, papryka) 40g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Ogórkowa z ziemniakami, marchewką, porem i selerem 250ml	II danie: Makaron świderki z sosem jogurtowo-twarogowym z owocami (borówki, truskawki, brzoskwinia) 220g BM: Makaron świderki z sosem owocowym (truskawka, malina, brzoskwinia) 220g Kompot jabłkowo-porzeczkowy 100ml	Podwieczorek: Kisiel z owocami (jabłko) 150ml
Czw.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g, masło 4g, jajecznica parowana 50g, pomidory, rukola, pestki dyni 15g, gruszka 60g BM: Pieczywo BakeMania 50g, jajecznica parowana 50g, pomidory, rukola, pestki dyni 15g, gruszka 60g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Krupnik z ziemniakami, marchewką, pietruszką i porem 250ml	II danie: Pulpety z kurczaka w sosie pomidorowym 80g, kasza gryczana 120g, sałatka z ogórków kiszonych i marchewki 60g Kompot z rabarbarem 100ml	Podwieczorek: Galaretkę owocową 150ml
Pt.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g, masło 4g, ser biały 20g, dżem malinowy (niskosłodzony) 10g, paski kalarepy, marchewki, ogórka 40g BM: Pieczywo BakeMania 50g, ser biały bez mleka 20g, dżem malinowy (niskosłodzony) 10g, paski kalarepy, marchewki, ogórka 40g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Krem z pomidorów z grzankami 250ml	II danie: Paluszki rybne 60g, ziemniaki 120g, kapusta kiszona 60g Lemoniada z nutą imbiru 100ml	Podwieczorek: Jabłka, gruszki 150g

W jadłospisie oznaczono wytłuszczonym drukiem występujące w posiłkach substancje i produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji zgodnie z Rozporządzeniem Nr 1169/2011

Pon.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g, masło 4g, twarożek śmietankowy z rzodkiewką 30g, ogórek, kiełki 10g, gruszka 100g BM: Pieczywo BakeMania 50g, hummus 20g, ogórek, kiełki 10g, gruszka 100g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Koperkowa z ryżem ze świeżymi ziołami 250ml	II danie: Makaron Spaghetti z sosem z mięsem drobiowym (indyk i kurczak), pomidorami i świeżą bazylią Kompot wiśniowy 100ml	Podwieczorek: Jogurt naturalny z brzoskwiniami 100g BM: Budyń na mleku owsianym 100g, mus brzoskwiinowy
Wt.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g, masło 4g, pasta jajeczna 30g, ogórek, rzodkiewka, roszponka, pestki słonecznika 15g, kaszka jaglana 150g BM: Pieczywo BakeMania 50g, pasta jajeczna 30g, ogórek, rzodkiewka, roszponka, pestki słonecznika 15g, kaszka jaglana na mleku owsianym 150ml Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Żurek z marchewką, porem i selerem 250ml	II danie: Kotlet z szynki i kalafiora 60g, ziemniaki 120g, mini marchew gotowana z oliwą z oliwek 60g Kompot jabłkowo-porczkowy 100ml	Podwieczorek: Pomarańcze 100g
Śr.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g, masło 4g, szyneczka drobiowa z indyka 90% mięsa 50g, ogórek, papryka, rukola 10g, banan 100g BM: Szyneczka drobiowa z indyka 90% mięsa 50g, pieczywo BakeMania 50g, ogórek, papryka, rukola 10g, banan 100g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Krem z białych warzyw z natką pietruszki 250ml, grzanki	II danie: Gulasz z warzywami (marchew, por) z soczewicą 80g, kasza jęczmienna 100g, sałatka z ogórków, papryki i kukurydzy i marchewki 50g Lemoniada z pomarańczą 100ml	Podwieczorek: Pancake orkiszowe własnej produkcji z dżemem truskawkowym 80g, borówki
Czw.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g, masło 4g, serek wiejski ze szczypiorkiem 20g, pomidorki koktajlowe 15g, pomarańcz 100g BM: Pieczywo BakeMania 50g, serek biały kremowy (bez mleka) 20g, pomidorki koktajlowe 15g, pomarańcz 100g	Zupka: Szczawiowa z jajkiem na twardo 250ml	II danie: Pałka z kurczaka/ udko trybowane 60g, ziemniaki puree 120g, buraczki czerwone 60g Kompot z rabarbaru i jabłka 100ml	Podwieczorek: Ciasteczka owsiane z żurawiną, kakao 150ml
Pt.	Śniadanie: Pieczywo BakeMania 50g z masłem 4g, ser salami, paski kalarepy, marchewki, ogórka 30g BM: Pieczywo BakeMania 50g, ser żółty bezmleczny 15g, paski kalarepy, marchewki, ogórka 30g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Pomidorowa z ryżem 250ml	II danie: Paluszki rybne (min. 65% mięsa z filetów ryb białych) 60g, ziemniaczki ze świeżym koperkiem 100g, surówka z kapusty kiszzonej 60g Kompot z owoców leśnych 100ml	Podwieczorek: Banan 120g

W jadłospisie oznaczono wytłuszczonym drukiem występujące w posiłkach substancje i produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zgodnie z Rozporządzeniem Nr 1169/2011

Pon.	Śniadanie: Pieczyno BakeMania 50g, masło 4g, twarożek śmietankowy ze szczypiorkiem 30g, pomidor koktajlowy 20g, banan 100g BM: Pieczyno BakeMania 50g, smalczyk z fasoli białej 20g, pomidor koktajlowy 20g, banan 100g Pieczyno smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Minestrone z pomidorami, selerem, porem, kalafiozem, brokułem, brukselką i drobnym makaronem 250ml	II danie: Kawałki kurczaka w sosie słodko-kwaśnym z cukinią i marchewką 100ml, ryż curry 120g Kompot z jabłek i aronii 100ml	Podwieczorek: Koktajl mleczno-bananowy 150ml, biszkopty 10g BM: Koktajl bananowy z mlekiem owsianym 150ml, chrupki kukurydziane 10g
Wt.	Śniadanie: Pieczyno BakeMania 50g z masłem 4g, pasta jajeczna z łososiem 30g, ogórek, roszponka 10g, owsianka z borówkami 150g BM: Pieczyno BakeMania 50g, pasta jajeczna z łososiem 30g, ogórek, roszponka 10g, gruszka 60g Pieczyno smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Rosół z indyka z marchewką, porem, pietruszką i makaronem 250ml	II danie: Placki cukiniowe ze śmietaną 220g Lemoniada ze świeżą miętą 100ml	Podwieczorek: Budyń śmietankowy 150ml BM: Budyń waniliowy na mleku owsianym 150g
Śr.	Śniadanie: Pieczyno BakeMania 50g z masłem 4g, paróweczki z indyka 40g, pomidor, ogórek 15g, jogurt naturalny z malinami 100g BM: Pieczyno BakeMania 50g, paróweczki z indyka 40g, pomidor, ogórek 15g, jogurt roślinny z malinami 100g Pieczyno smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Kapuśniak ze świeżej kapusty z marchewką i ziemniakami 250ml	II danie: Gulasz drobiowy z mięsa kurczaka 80g, sos koperkowy, kasza gryczana 120g, surówka wiosenna (sałata lodowa, ogórek, rzodkiewka, kukurydza)	Podwieczorek: Jabłko 100g, chrupki kukurydziane 15g
Czw.	Śniadanie: Pieczyno BakeMania 50g z masłem 4g, jajecznica parowana 50g, warzywa: sałata pomidor, pestki dyni 10g, arbuz 100g BM: Jajecznica parowana 50g, pieczywo BakeMania 50g, warzywa: sałata, pomidor, pestki dyni 10g, arbuz 100g Pieczyno smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Ogórkowa z ryżem, ziemniakami, marchewką, pietruszką i selerem 250ml	II danie: Jeżyki z mięsa mielonego z kurczaka i indyka, ryżu i kapusty białej 120g, sos pomidorowy 50g Kompot z truskawek 100ml	Podwieczorek: Twarożek STRACIATELLA 140g BM: Budyń na mleku ryżowym 140g
Pt.	Śniadanie: Pieczyno BakeMania 50g, masło 4g, pasta twarogowa z soczewicą i szczypiorkiem 25g, warzywa paski 30g (papryka, ogórek, rzodkiewki) BM: Pieczyno BakeMania 50g, z pastą z soczewicy i cieciorke 25g, warzywa paski 30g (papryka, ogórek, rzodkiewki) Pieczyno smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Z ziemniaczkami, kolorową fasolką szparagową, marchewką, porem i selerem 250ml	II danie: Ryż z truskawkami 180g, polewa malinowa 30g Kompot z owoców leśnych 100ml	Podwieczorek: Arbuz, pomarańcz 150g

W jadłospisie oznaczono wytłuszczonym drukiem występujące w posiłkach substancje i produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zgodnie z Rozporządzeniem Nr 1169/2011

Pon.	Śniadanie: Pieczyno BakeMania 50g, twarożek śmietankowy ze szczypiorkiem 30g, ogórek, papryka kolorowa 20g, jabłka 80g BM: Pieczywo BakeMania 50g, ogórek zielony, papryka kolorowa 20g, humus z soczewicy 15g, jabłka 80g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Kalafiorowa z ryżem, marchewką, porem i selerem 250ml	II danie: Spaghetti pomidorowe z mięskiem drobiowym (indyk i kurczak) z makaronem i świeżą bazylią 220g	Podwieczorek: Warzywa paski 80g (marchew, ogórek, kalarepa), dip z ciecierzycy i twarogu 50g BM: Warzywa paski 80g (marchew, ogórek, kalarepa), dip z ciecierzycy 50g
Wt.	Śniadanie: Pieczyno BakeMania 50g, pasta z marchewki pieczonej i suszonych pomidorów 30g, ogórek, rzodkiewka 10g, kasza manna na mleku 150ml BM: Pieczyno BakeMania 50g, pasta z marchewki pieczonej i suszonych pomidorów 30g, ogórek, rzodkiewka 10g, kasza manna na mleku owsianym 150ml Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Dyniowa z ziemniakami, marchewką, porem i pietruszką 250ml	II danie: Potrawka z kurczaka z marchewką i groszkiem 100g, ryż 120g Kompot jabłkowy 100ml	Podwieczorek: Własnego wyrobu koktajl mleczny z truskawkami i brzoskwiniami 130g BM: Mus owocowy (banan, truskawka, brzoskwinia, jabłko) 130g
Śr.	Śniadanie: Pieczyno BakeMania 50g, masło 4g, ser żółty z dziurami 20g, ogórek zielony 15g, arbuz 100g BM: Pieczyno BakeMania 50g z serem żółtym bez mleka 20g, ogórek zielony 15g, arbuz 100g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Jarzynowa z brokułem, marchewką i brukselką z ryżem i koperkiem 250ml	II danie: Pampuchy z sosem jogurtowo-owocowym 200g BM: Makaron świderki z sosem bananowo-truskawkowym 200g Kompot z truskawki 100ml	Podwieczorek: Kisiel malinowy z jabłkiem 150ml
Czw.	Śniadanie: Jajecznica parowana 50g, pieczywo BakeMania 50g z masłem 4g, warzywa (ogórek, papryka) 10g, schab pieczony 15g (wyrób własny) BM: Jajecznica parowana 50g, pieczywo BakeMania 50g, warzywa (ogórek, papryka) 10g, własnego wyrobu schab pieczony 15g Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Fasolowa z ziemniaczkami, marchewką i selerem 250ml	II danie: Pulpety z szynki 70g w sosie warzywnym, kasza kuskus 120g, buraczki 60g Kompot gruszkowy 100ml	Podwieczorek: Pomarańcz 100g, chrupki kukurydżiane 10g
Pt.	Śniadanie: Pieczyno pszenno-żytnie z masłem 4g, pasta twarogowa ze szczypiorkiem, ogórkiem i rzodkiewką 25g, rukola, sałata 5g, jabłka 80g BM: Pieczyno razowe 40g z pastą z ciecierzycy ze szczypiorkiem 25g, sałata, rukola 5g, jabłka 80g, Pieczywo smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Barszcz czerwony z ziemniaczkami, marchewką, selerem i porem 250ml	II danie: Paluszki rybne (min. 65% mięsa z filetów ryb białych) 60g, ziemniaczki z koperkiem świeżym 100g, surówka z kapusty kiszzonej 60g Kompot z truskawek 100ml	Podwieczorek: Własnego wypieku ciasto biszkoptowe z malinami 80g BM: Własnego wypieku ciasto marchewkowe 80g

Pon.	Śniadanie: Pieczyno BakeMania 50g, masło 4g, twarożek 30g, ogórek, kiełki lucerny 10g, banan 100g BM: Pieczyno BakeMania 50g, smalczyk z fasoli białej 20g, ogórek, kiełki lucerny 10g, banan 100g Pieczyno smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Koperkowa z marchewką, porzem, selerem i drobnym makaronem 250ml	II danie: Kawałki kurczaka po chińsku z cukinią, marchewką, fasolą 100 ml, ryż 220g Kompot z jabłek i aronii 100ml	Podwieczorek: Koktajl mleczno-owocowy na maślanie z brzoskwinia, bananem i marchewką 150ml BM: Koktajl owocowy z brzoskwinia, bananem i marchewką z mlekiem ryżowym 150ml
Wt.	Śniadanie: Pieczyno BakeMania 50g z masłem 4g, pasta jajeczna 30g, ogórek, roszponka 10g, płatki ryżowe z rodzynekami 150g BM: Pieczyno BakeMania 50g, pasta jajeczna 30g, ogórek, roszponka 10g, płatki ryżowe na mleku owsianym z rodzynekami 150ml Pieczyno smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Rosół z kaczki z marchewką, porzem, selerem i makronem 250ml	II danie: Kotlet mielony z kurczaka 60g, ziemniaki 120g, mizeria ze śmietaną 60g BM: Kotlet mielony z kurczaka, ziemniaki 120g, mizeria z koperkiem 60g Lemoniada ze świeżą miętą 100ml	Podwieczorek: Budyń śmietankowy 150ml BM: Budyń waniliowy na mleku owsianym 150g
Śr.	Śniadanie: Pieczyno BakeMania 50g, masło 4g, smalczyk z fasoli białej 20g, jogurt naturalny z brzoskwiniami 100g BM: Pieczyno BakeMania 50g, smalczyk z białej fasoli 20g, jogurt roślinny z brzoskwiniami 100g Pieczyno smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Kapuśniak z kiszanej kapusty z marchewką i ziemniakami 250ml	II danie: Makaron świderki z serem białym 170g, polewa malinowa 50g BM: Makaron świderki 120g, polewa malinowo-bananowa 100g	Podwieczorek: Gruszka 100g, chrupki kukurydziane 15g
Czw.	Śniadanie: Pieczyno BakeMania 50g z masłem 4g, jajko gotowane 50g, warzywa: sałata pomidor, pestki dyni 10g, pomarańcz 100g BM: Jajko gotowane 50g, pieczyno BakeMania 50g, warzywa: sałata, pomidor, pestki dyni 10g, pomarańcz 100g Pieczyno smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Jarzynowa z soczewicą, ziemniakami, marchewką, pietruszką i selerem 250ml	II danie: Kurczak w sosie dyniowym, kasza bulgur 120g, surówka z buraczków Kompot z truskawek 100ml	Podwieczorek: Twarożek STRACIATELLA 140g BM: Budyń na mleku ryżowym 140g
Pt.	Śniadanie: Pieczyno BakeMania 50g, masło 4g, ser żółty z dziurami 20g, warzywa paski 30g (papryka, ogórek, rzodkiewki) BM: Pieczyno BakeMania 50g, ser żółty bez mleka 20g, warzywa paski 30g (papryka, ogórek, rzodkiewki) Pieczyno smarowane olejem kokosowym nierafinowanym/ hummus	Zupka: Krem z groszku zielonego z ziemniakami, marchewką i pietruszką 250ml	II danie: Kopytka z sosem warzywnym (cukinia, marchewka, kukurydza i groszek zielony) 220g	Podwieczorek: Banan 120g

W jadłospisie oznaczono wytłuszczonym drukiem występujące w posiłkach substancje i produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zgodnie z Rozporządzeniem Nr 1169/2011