

24.02.20-17.04.20	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek	Kasza orkiszowa (1) gotowana na wodzie Sos wiśniowy (płatki ryżowe) Popping z amarantusa Kawa zbożowa (1) z mlekiem owsianym (1) (kawa z cykorii z mlekiem ryżowym)	jabłka, marchewka, morele niesiarkowane, pestki dyni prażone	Zupa porowa (9) Risotto z zielonym groszkiem (9) Surówka z selera z morelami (9) Kompot z jabłek z dodatkiem soku z dzikiej róży	chleb żytni (1), masło (7), jajko gotowane na twardo (3), pasta ze słonecznika, ogórek kiszony, natka pietruszki, szczypiorek, suszona bazylią, rzeżucha
Wtorek	Kasza jęczmienna (1) Duszona marchewka (kasza gryczana) Nasiona słonecznika Napar z pokrzywy	jabłka, marchewka, żurawina suszona, orzechy laskowe (8)	Jarzynowa ze szczypiorkiem (9) Indyk duszony ze śliwkami (soczewica duszona z warzywami) Kasza jęczmienna (1) (kasza gryczana) Buraczki tarte Napar ze skrzypu	wafle ryżowe z amarantusem, masło sezamowe (11), miód leśny, powidła śliwkowe
Środa	Kasza jaglana gotowana na wodzie Sos malinowy Popping z amarantusa Kawa zbożowa (1) z mlekiem owsianym (1) (kawa z cykorii z mlekiem ryżowym)	jabłka, marchewka, chrupki kukurydziane, pestki dyni prażone, nasiona słonecznika	Barszcz bieszczadzki (9) Bliny na kefirze (1,3,7) (naleśniki owsiane) Melasa z buraka Napar z mięty	chleb żytni (1), masło, pasta ze słonecznika, ogórek kiszony, natka pietruszki, szczypiorek, suszona bazylią, rzeżucha
Czwartek	Chleb żytni (1), masło, pasta ze słonecznika, jajko gotowane na twardo (3), ogórek kiszony, cebula, natka pietruszki, szczypiorek, suszona bazylią, rzeżucha Napar z szałwii z syropem jagodowym	jabłka, marchewka, daktyle suszone, orzechy włoskie (8)	Zupa ziemniaczana z makiem (9) Fasola w pomidorach Kasza gryczana Ogórki kiszone Kompot z jabłek z dodatkiem soku z dzikiej róży	chleb żytni (1), masło (7), pasta ze słonecznika, ogórek kiszony, natka pietruszki, szczypiorek, suszona bazylią, rzeżucha
Piątek	Płatki owsiane (1) gotowane na wodzie (płatki owsiane bezglutenowe) Sos truskawkowy Wiórki kokosowe Kawa zbożowa (1) z mlekiem owsianym (1) (kawa z cykorii z mlekiem ryżowym)	jabłka, marchewka, figi suszone, migdały (8)	Zupa z soczewicy (9) Ryba (miruna) smażona (1,3,4) (kotlety ziemniaczano-gryczane) Ziemniaki Surówka z kiszonej kapusty Napar z melisy	wafle ryżowe z amarantusem, masło sezamowe (11), miód leśny, powidła śliwkowe

ALERGENY POKARMOWE

1. Gluten ; 2. Skorupiaki i produkty pochodne ; 3. Jaja i produkty pochodne ; 4. Ryby i produkty pochodne ; 5. Orzeszki ziemne i produkty pochodne ; 6. Soja i produkty pochodne ; 7. Mleko i produkty pochodne ; 8. Orzechy /migdały, laskowe, włoskie, nerkowce, pekan, brazylijskie, pistacje, makadamia/ ; 9. Seler i produkty pochodne ; 10. Gorczyca i produkty pochodne ; 11. Sezam i produkty pochodne ; 12. Dwutlenek siarki i siarczyny ; 13. Łubin i produkty pochodne ; 14. Mięczaki i produkty pochodne.