**Poniedziałek 18,03,2019 Śniadanie :**Płatki kukurydziane z mlekiem(mleko),herbata z cytryną,bułki mieszane (mąkapszenna,razowa),szynka,ser ziarnisty(twaróg),masło(mleko),dżem,ogórek zielony, Berliozo (mleko),kołaczyk z jabłkiem (mąka pszenna)

**Obiad**:pieczarkowa z makaronem(mleko,śmietana,seler.makaron),chili con carne z ryżem , fasolą i mięsem wołowym(mąka razowa),sok pomarańczowy,owoc

**Kolacja**:Chleb mieszany(mąka pszenna,razowa),herbata z cytryną,szynka ,ser twardy(mleko),masło(mleko),pomidor,kluski na parze z koktajlem truskawkowym( kluski, jogurt,śmietana)

**Wtorek 19,03 Śniadanie:**Mussli z mlekiem i ziarnami(płatki owsiane),szynka,bułki mieszane(mąka pszenna,żyto),masło(mleko), twaróg z rzodkiewką(mleko),herbata z cytryną,pomidor,nutella(orzechy),rogal (mąka pszenna)

**Obiad** :kalafiorowa zabielana(mleko,śmietana,seler),piersi w cieście curry (mąka pszenna,białko jaja,mleko)kasza Kus-kus (kasza)/ziemniaki puree (mleko),kompot owocowy,jogurt (mleko),rukola,mix sałat

 **Kolacja:**Chleb mieszany(mąka pszenna,mąka razowa),masło(mleko),ser twardy(mleko),szynka,herbata z cytryną,rzodkiewka, sałatka jajeczna (białko jaja,musztarda),keczup,frankfuterki na gorąco

**Środa 20,03 Śniadanie:**kakao z mlekiem(mleko),szynka,bułki mieszane(pszenica,żyto),masło(mleko),humus ,herbata z cytryną,pomidor,pączek z blachy(mąka pszenna),papryka,serek topiony (mleko)

**Obiad:**Zupa jarzynowa zabielana(seler,śmietana,mleko),fasolka po bretońsku (mąka razowa),bułka mieszana (mąka pszenna,razowa),owoc,kompot

**Kolacja:** chleb mieszany(mąka pszenna,mąka razowa),masło(mleko),herbata z cytryną,ser wędzony(mleko),szynka,pomidor ,krokiet z mięsem (białko jaja,naleśnik)

**Czwartek 21,03 Śniadanie:**Owsianka z owocami suszonymi(mleko,płatki owsiane),masło koperkowe(mleko),bułki mieszane(mąka pszenna,żytnia),herbata z cytryną,sałata zielona,szneka(mąka pszenna) szynka,serek kiri(mleko)

**Obiad:**Zupa cebulowa z grzankami (seler,grzanki),befsztyk wieprzowy(białko jaja),ziemniaki/kasza jęczmienna(kasza) ,fasolka szparagowa ,woda mineralna

**Kolacja:**Chleb mieszany(pszenica,żyto),masło(mleko),herbata z cytryną,ser twardy(mleko),szynka,pomidor,makaron z twarogiem(makaron,twaróg),keczup

**Piątek 22,03 Śniadanie:**zupa mleczna zacierką(mleko),pasta z jaj(białko jaja,gorczyca),szynka,herbata z cytryną,ogórek zielony,rogal z cynamonem(mąka pszenna),bułki mieszane (mąka pszenna,żytnia)

**Obiad:**Zupa kapuśniak z kapusty włoskiej(śmietana,seler,mleko),makaron ze szpinakiem i kiełbasą (makaron,śmietana)kompot,banan **Kolacja**:Chleb mieszany(mąka pszenna,razowa), herbata z cytryną,masło(mleko),sersalami(mleko),szynka,herbata z cytryną,pomidor,dżem,łosoś kostka(ryba),sałatka owocowa(jogurt)