**Poniedziałek 21,01,2019r. Śniadanie :**Płatki kukurydziane z mlekiem(laktoza),bułki mieszane(gluten),masło(laktoza),humus,pomidor,szynka ,herbata z cytryną,drożdżówka (gluten,jaja,laktoza) ,jogurt pitny (laktoza)

**Obiad :**zupa krupnik gryczany(gluten,laktoza,seler,),schab duszony (gluten,laktoza),ziemniaki/ryż kompot, owoc,surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem(laktoza)

**Kolacja:** Chleb mieszany(gluten),masło(laktoza) szynka,herbata z cytryną,ogórek zielony,dżem,ryż z jabłkami z sosem jogurtowym(laktoza),ser twardy (laktoza)

**Wtorek 22,01 Śniadanie:**Mussli z mlekiem(laktoza,gluten) ,bułki mieszane(gluten),masło(laktoza),kiełbasa drobiowa,herbata z cytryną,papryka czerwona ,bułka maślana (gluten),masło orzechowe(orzechy),serek tartare (laktoza)

**Obiad** :żurek z jajkiem (seler,gluten,laktoza,jaja), gołąbki z ryżem(gluten,laktoza) ,ziemniaki

kompot owocowy , actimel (laktoza),owoc

**Kolacja:**Chleb mieszany(gluten),masło(laktoza),ser twardy(laktoza),szynka,herbata z cytryną,pomidor,sałatka z selera(gluten,gorczyca,laktoza),miód,rzodkiewka

**Środa 23,01 Śniadanie:**kakao z mlekiem(laktoza), drożdżówka (gluten),szczypiorek ,herbata z cytryną,masło(laktoza),pasta z łososia (ryba,laktoza,gorczyca),szynka

**Obiad**: rosół z makaronem (gluten,seler) ,udko z kaczki duszone,ziemniaki /makaron(gluten),sałata z sosem jogurtowym (laktoza),sok owocowy,kompot

**Kolacja**:herbata z cytryną,chleb mieszany,masło (laktoza) ,szynka ,ser salami (laktoza) ,grysik z sokiem (laktoza,gluten) ,pomidor,dżem

**Czwartek 24,01** **Śniadanie**:Owsianka z owocami(laktoza,gluten),masło koperkowe(laktoza),bułki mieszane (gluten),ser pleśniowy(laktoza) , ogórek zielony ,szynka ,herbata z cytryną,szneka(gluten)

**Obiad**:barszcz czerwony(seler,laktoza),roladki drobiowe(gluten,laktoza,jaja) ziemniaki puree(laktoza)/kasza gryczana(gluten),surówka z białej kapusty ,napój miodowo-cytrynowy,woda mineralna

**Kolacja**:herbata z cytryną,chleb mieszany(gluten), szynka ,ser gouda(laktoza),pomidor,masło (laktoza),pierogi ze szpinakiem(jaja,laktoza)

**Piątek 25,01 Śniadanie:**kawa zbożowa (laktoza),bułki mieszane(gluten),masło(laktoza),szynka,pasta jajeczna ze szczypiorkiem (jajko,gorczyca),serek (laktoza) ,herbata z cytryną,ogórek zielony,kołacz (gluten,jaja),dżem

**Obiad**:zupa z soczewicy(seler,gluten,laktoza), ryba panierowana(laktoza,ryba,gluten,jaja), ziemniaki/ryż,sos grecki(seler,gluten),owoc,kompot

**Kolacja**:herbata z cytryną, chleb mieszany(gluten),masło(laktoza),szynka,ser salami(laktoza),pizza (gluten),pomidor,szynka,keczup