Tydzień	Dzień	Posiłek	Żłobek (g/ml)	*Alergeny*	Kaloryczność / Makroskładniki
Tydzień 6	**Poniedziałek 05.10**	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku (150g), pieczywo mieszane (25g) z masłem (5g), pierś pieczona z indyka (15g), ogórek zielony, papryka (25g), herbata owocowa bez cukru (150ml)	*Mleko, gluten*	Kaloryczność: 820 kcal
		II Śniadanie	Gruszka w bezpiecznych cząstkach		Białko: 29g
		Obiad	Kapuśniak z ziemniakami na wywarze warzywnym (150g), Spaghetti z sosem z czerwonej soczewicy i pomidorów duszone (150g), kompot	*Seler, gluten*	Tłuszcze: 25g
		Podwieczorek	Ciasteczka z jabłkami (wyrób własny) (30g), domowy koktajl z jogurtu naturalnego i brzoskwini z mielonym lnem (150g), herbata owocowa bez cukru	*Mleko, gluten, jaja*	Węglowodany: 129g
	Wtorek 06.10	Śniadanie	Kasza manna na mleku (150g), pieczywo mieszane (25g) z masłem (5g), serek kanapkowy (20g), papryka, ogórek zielony (25g), herbata z miętą	*Mleko, gluten*	Kaloryczność: 810 kcal
		II Śniadanie	Banan w kawałkach		Białko: 28g
		Obiad	Rosół z makaronem (150g), Potrawka z indyka (70g), ziemniaki (80g), marchewka gotowana (50g), kompot	*Seler, gluten*	Tłuszcze: 26g
		Podwieczorek	Pieczywo mieszane (25g) z masłem, domowy hummus z ciecierzycą i pieczoną marchewką (20g), pomidor, ogórek kiszony, sałata, herbata z cytryną	*Gluten, mleko*	Węglowodany: 118g
	Środa 07.10	Śniadanie	Zacierki na mleku (150ml), pieczywo mieszane (25g) z masłem (5g), ser żółty (10g), papryka, ogórek zielony, herbata owocowa	*Mleko, gluten*	Kaloryczność: 820 kcal
		II Śniadanie	Jabłko w cząstkach		Białko: 31g
		Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami (150g), Gulasz z kurczaka z warzywami korzeniowymi (70g), kasza jęczmienna (50g), bukiet jarzyn na parze (50g), kompot	*Seler, gluten*	Tłuszcze: 27g
		Podwieczorek	Pieczywo mieszane (25g) z masłem (5g), pasta z makreli i białego sera ze szczypiorkiem (15g), ogórek kiszony, herbata z cytryną	*Mleko, gluten, ryba*	Węglowodany: 113g
	Czwartek 08.10	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku (150ml), pieczywo mieszane (25g) z masłem (5g), pasztet pieczony domowy z warzyw i soczewicy (15g), sałata, pomidor, ogórek kiszony, herbata z miętą	*Mleko, gluten*	Kaloryczność: 820 kcal
		II Śniadanie	Śliwka		Białko: 27g
		Obiad	Zupa z czerwonej soczewicy z pomidorami i ziemniakamim (150ml), Pierogi z białym serem polane sosem truskawkowym, kompot	*Seler, gluten, jaja, mleko*	Tłuszcze: 23g
		Podwieczorek	Pieczywo mieszane (25g) z masłem (5g), szynka krucha (10g), sałata, papryka, ogórek zielony, herbata z cytryną	*Mleko, gluten*	Węglowodany: 126g
	Piątek 09.10	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku (150ml), pieczywo mieszane (25g) z masłem (5g), pasta jajeczna ze szczypiorkiem (45g), pomidor, rzodkiewka, herbata owocowa	*Mleko, gluten, jaja*	Kaloryczność: 810 kcal
		II Śniadanie	Jabłko w bezpiecznych kawałkach		Białko: 30g
		Obiad	Zupa grysikowa z zieleniną (150ml), Kotlet z fileta miruny pieczony z ziołami (50g), ziemniaki (80g), surówka z kiszonej kapusty, marchwi i jabłka (50g), kompot	*Seler, gluten, ryba*	Tłuszcze: 24g
		Podwieczorek	Budyń domowy (180g) z sosem malinowym (15g), herbata owocowa bez cukru	*Gluten, mleko*	Węglowodany: 129g

WODA PODAWANA JEST DO KAŻDEGO POSIŁKU.