



Menu tygodniowe 25-29.11 (dieta standard)

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
śniadanie	<p>-Pieczywo mieszane, masło, szynka krakowska, miód -ogórek -herbata z miodem i cytryną</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, mleko, gluten</p>	<p>-Pieczywo mieszane, masło, ser żółty, szynka dr. -pomidor, salata Zupa mleczna : Plátky kukurydziane na mleku (mleko, płatki kukurydziane) -herbata z miodem i cytryną</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, mleko, gluten</p>	<p>-Bulka kajzerka, masło, wędlina sopočka -Pasta z makroli (makrela, serek naturalny, jaja, majonez, konc. pomidorowy, sól, pieprz) -marchew, ogórek kiszony -herbata owocowa</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, mleko, jaja, ryby</p>	<p>-Pieczywo mieszane, masło, jajko gotowane -ser żółty -ogórek, salata -herbata z miodem i cytryną</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, mleko</p>	<p>-Pieczywo mieszane, masło, kielbasa żywiecka -dżem owocowy niskosłodzony -ogórek -kakao (mleko, kakao, miód)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, mleko, kakao</p>
II śniadanie	<p>Smaczny owoc : jabłko</p>	<p>Smaczny owoc : banan</p>	<p>-Koktajl bananowy (mleko, miód, banan) -Chrupki kukurydziane</p> <p>Alergeny: mleko,</p>	<p>Smaczny owoc : jabłko</p>	<p>Smaczny owoc : gruszka</p>
obiad	<p>-Zupa kalafiorowa (bulion drobiowo-warzywny kalafior, marchew, seler, śmietanka wegańska, pietruszka, ziemniaki, sól, pieprz, koper) Lecco węgierskie z warzywami i kielbasą (kielbasa, konc. pomidorowy, pomidory, bakłażan, cukinia, papryka, seler, cebula, marchew, pietruszka sól, pieprz) -Kasza jęczmienna - Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler,</p>	<p>- Krupnik mazurski (bulion drobiowo-warzywny, kasza jęczmienna, marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, sól, pieprz, koper, ziola) Pieczona palka z kurczaka (palka z kurcz. sól, pieprz, ziola) -Ziemniaki -Marchewka z groszkiem (masło, mąka psz, marchew, groszek, sól, pieprz) - Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, mleko</p>	<p>-Zupa Harira z soczewicą (bulion mięsno-warzywny, soczewica, passata pom, ziemniaki, seler, papryka, cebula, marchew, pietruszka, sól, pieprz, ziola) -Ryż z jabłkiem i śmietanką na słodko (ryż, jabłko, miód, jogurt naturalny, śmietana wegańska, wanilia) - Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, seler, mleko</p>	<p>Krem pomidorowy (bulion mięsno-warzywny, konc. pomidorowy, pomidory, pelati, cebula ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz olej rzep.) -Rolada drobiowa ze szpinakiem w sosie koperkowym (mięso z ud kurczaka, ser mozzarella, szpinak, sól, pieprz, ziola) -Kasza bulgur -Surówka z czerwonej kapusty (kapusta czerwona, kukurydza, marchew, por, majonez, pieprz, sól) -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, mleko, jaja</p>	<p>-Rosół z makaronem (bulion mięsno-warzywny, makaron psz, marchew, pietruszka, seler, śmietana wegan, sól, pieprz.) -Paluszki rybne -Ziemniaki -Surówka z kiszonej kapusty (kapusta kiszona, marchew, sól, pieprz) Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, jaja, ryby</p>
podwieczorek	<p>-Kisiel owocowy -Biszkopty</p> <p>Alergeny: gluten</p>	<p>-Pancakes z waniliowym jogurtem (mąka psz, jaja, mleko, proste dp. olej rz. cukier, jogurt naturalny, wanilia)</p> <p>Alergeny : gluten , mleko, jaja</p>	<p>-Wytrawne buleczki ze szpinakiem (mąka psz, drożdże, ser topiony, szpinak, cukier, olej rze, sól, ziola)</p> <p>*Alergeny : gluten, mleko</p>	<p>-Budyń waniliowy z sosem malinowo-porczezkowym (skrobia zm. mleko, miód, maliny, czerw. porzeczk.)</p> <p>*Alergeny: mleko,</p>	<p>-Ciasto marchewkowe (mąka psz, jaja, marchew, soda, cukier wanilinowy, olej rzep)</p> <p>*Alergeny : gluten, jaja</p>




Menu tygodniowe 25-29.11 (dieta b/ cytrusów)

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
śniadanie	<p>-Pieczywo mieszane, masło, szynka krakowska, miód -ogórek -herbata z miodem</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, mleko, gluten</p>	<p>-Pieczywo mieszane, masło, ser żółty, szynka dr. -pomidor, salata Zupa mleczna : Plátky kukurydziane na mleku (mleko, płatki kukurydziane) -herbata z miodem</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, mleko, gluten</p>	<p>-Bulka kajzerka, masło, wędlina sopočka -Pasta z makroli (makrela, serek naturalny, jaja, majonez, konc. pomidorowy, sól, pieprz) -marchew, ogórek kiszony -herbata owocowa</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, mleko, jaja, ryby</p>	<p>-Pieczywo mieszane, masło, jajko gotowane -ser żółty -ogórek, salata -herbata z miodem</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, mleko</p>	<p>-Pieczywo mieszane, masło, kielbasa żywiecka -dżem owocowy niskosłodzony -ogórek -kakao (mleko, kakao, miód)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, mleko, kakao</p>
II śniadanie	<p>Smaczny owoc : jablko</p>	<p>Smaczny owoc : banan</p>	<p>-Koktajl bananowy (mleko, miód, banan) -Chrupki kukurydziane</p> <p>Alergeny: mleko,</p>	<p>Smaczny owoc : jablko</p>	<p>Smaczny owoc : gruszka</p>
obiad	<p>-Zupa kalafiorowa (bulion drobiowo-warzywny kalafior, marchew, seler, śmietanka wegańska, pietruszka, ziemniaki, sól, pieprz, koper) Lecco węgierskie z warzywami i kielbasą (kielbasa, konc. pomidorowy, pomidory, bakłażan, cukinia, papryka, seler, cebula, marchew, pietruszka sól, pieprz) -Kasza jęczmienna , -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler,</p>	<p>- Krupnik mazurski (bulion drobiowo-warzywny, kasza jęczmienna, marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, sól, pieprz, koper, ziola) Pieczona palka z kurczaka (palka z kurcz. sól, pieprz, ziola) -Ziemniaki -Marchewka z groszkiem (masło, mąka psz, marchew, groszek, sól, pieprz) , -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, mleko</p>	<p>-Zupa Harira z soczewicą (bulion mięsno -warzywny, soczewica, passata pom, ziemniaki, seler, papryka, cebula, marchew, pietruszka, sól, pieprz, ziola) -Ryż z jabłkiem i śmietanką na słodko (ryż, jablko, miód, jogurt naturalny, śmietana wegańska, wanilia) - Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca ,seler, mleko</p>	<p>Krem pomidorowy (bulion mięsno -warzywny, konc. pomidorowy, pomidory, pelati, cebula ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz olej rzep.) -Rolada drobiowa ze szpinakiem w sosie koperkowym (mięso z ud kurczaka, ser mozzarella, szpinak, sól, pieprz, ziola) -Kasza bulgur -Surówka z czerwonej kapusty (kapusta kiszona, kukurydza, marchew, por, majonez, pieprz, sól) -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, mleko, jaja</p>	<p>-Rosół z makaronem (bulion mięsno -warzywny, makaron psz, marchew, pietruszka, seler, śmietana wegan, sól, pieprz.) -Paluszki rybne -Ziemniaki -Surówka z kiszonej kapusty (kapusta kiszona, marchew, sól, pieprz) Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, ryby</p>
podwieczorek	<p>-Kisiel owocowy -Biszkopty</p> <p>Alergeny: gluten</p>	<p>-Pancakes z waniliowym jogurtem (mąka psz, jaja, mleko, prosze dp. olej rz. cukier, jogurt naturalny, wanilia)</p> <p>Alergeny : gluten , mleko, jaja</p>	<p>-Wytrawne buleczki ze szpinakiem (mąka psz, drożdże, ser topiony, szpinak, cukier, olej rze, sól, ziola)</p> <p>*Alergeny : gluten, mleko</p>	<p>-Budyń waniliowy z sosem malinowo-porczezkowym (skrobia zm. mleko, miód, maliny, czerw. porzeczk.)</p> <p>*Alergeny: mleko,</p>	<p>-Ciasto marchewkowe (mąka psz, jaja, marchew, soda, cukier wanilinowy, olej rzep)</p> <p>*Alergeny : gluten, jaja</p>




Menu tygodniowe 25-29.11 (dieta b/ orzechów)

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
śniadanie	<p>-Pieczywo mieszane, masło, szynka krakowska, miód -ogórek -herbata z miodem i cytryną</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, mleko, gluten</p>	<p>-Pieczywo mieszane, masło, ser żółty, szynka dr. -pomidor, salata Zupa mleczna : Plátky kukurydziane na mleku (mleko, płatki kukurydziane) -herbata z miodem i cytryną</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, mleko, gluten</p>	<p>-Bulka kajzerka, masło, wędlina sopočka -Pasta z makroli (makrela, serek naturalny, jaja, majonez, konc. pomidorowy, sól, pieprz) -marchew, ogórek kiszony -herbata owocowa</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, mleko, jaja, ryby</p>	<p>-Pieczywo mieszane, masło, jajko gotowane -ser żółty -ogórek, salata -herbata z miodem i cytryną</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, mleko</p>	<p>-Pieczywo mieszane, masło, kielbasa żywiecka -dżem owocowy niskosłodzony -ogórek -kakao (mleko, kakao, miód)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, mleko, kakao</p>
II śniadanie	<p>Smaczny owoc : jabłko</p>	<p>Smaczny owoc : banan</p>	<p>-Koktajl bananowy (mleko, miód, banan) -Chrupki kukurydziane</p> <p>Alergeny: mleko,</p>	<p>Smaczny owoc : jabłko</p>	<p>Smaczny owoc : gruszka</p>
obiad	<p>-Zupa kalafiorowa (bulion drobiowo-warzywny kalafior, marchew, seler, śmietanka wegańska, pietruszka, ziemniaki, sól, pieprz, koper) -Leczo węgierskie z warzywami i kielbasą (kielbasa, konc. pomidorowy, pomidory, bakłażan, cukinia, papryka, seler, cebula, marchew, pietruszka sól, pieprz) -Kasza jęczmienna -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler,</p>	<p>-Krupnik mazurski (bulion drobiowo-warzywny, kasza jęczmienna, marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, sól, pieprz, koper, ziola) Pieczona palka z kurczaka (palka z kurcz. sól, pieprz, ziola) -Ziemniaki -Marchewka z groszkiem (masło, mąka psz, marchew, groszek, sól, pieprz) -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, mleko</p>	<p>-Zupa Harira z soczewicą (bulion mięsno-warzywny, soczewica, passata pom, ziemniaki, seler, papryka, cebula, marchew, pietruszka, sól, pieprz, ziola) -Ryz z jabłkiem i śmietanką na słodko (ryz, jabłko, miód, jogurt naturalny, śmietana wegańska, wanilia) -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, seler, mleko</p>	<p>Krem pomidorowy (bulion mięsno-warzywny, konc. pomidorowy, pomidory, pelati, cebula ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz olej rzep.) -Rolada drobiowa ze szpinakiem w sosie koperkowym (mięso z ud kurczaka, ser mozzarella, szpinak, sól, pieprz, ziola) -Kasza bulgur -Surówka z czerwonej kapusty (kapusta kiszona, marchew, sól, pieprz) -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, mleko, jaja</p>	<p>-Rosół z makaronem (bulion mięsno-warzywny, makaron psz, marchew, pietruszka, seler, śmietana wegan, sól, pieprz.) -Paluszki rybne -Ziemniaki -Surówka z kiszanej kapusty (kapusta kiszona, marchew, sól, pieprz) Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, jaja, ryby</p>
podwieczorek	<p>-Kisiel owocowy -Biszkopty</p> <p>Alergeny: gluten</p>	<p>-Pancakes z waniliowym jogurtem (mąka psz, jaja, mleko, proste dp. olej rz. cukier, jogurt naturalny, wanilia)</p> <p>Alergeny : gluten , mleko, jaja</p>	<p>-Wytrawne buleczki ze szpinakiem (mąka psz, drożdże, ser topiony, szpinak, cukier, olej rze, sól, ziola)</p> <p>*Alergeny : gluten, mleko</p>	<p>-Budyń waniliowy z sosem malinowo-porczezkowym (skrobia zm. mleko, miód, maliny, czerw. porzeczk.)</p> <p>*Alergeny: mleko,</p>	<p>-Ciasto marchewkowe (mąka psz, jaja, marchew, soda, cukier wanilinowy, olej rzep)</p> <p>*Alergeny : gluten, jaja</p>



Menu tygodniowe 25-29.11 (dieta b/ mleka b/ laktozy)

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
śniadanie	-Pieczywo mieszane, margaryna -szynka krakowska, -miód -ogórek -herbata z miodem i cytryną *Alergeny : Gorczyca, gluten	-Pieczywo mieszane, margaryna, -ser wegański, szynka dr. -pomidor, salata Zupa mleczna : Płatki kukurydziane na mleku (mleko sojowe, płatki kukurydziane) -herbata z miodem i cytryną *Alergeny : Gorczyca, gluten, soja	-Bulka kajzerka, margaryna -wędlina sopocka -Pasta z makreli (makrela, jaja, majonez, konc. pomidorowy, sól, pieprz) -marchew, ogórek kiszony -herbata owocowa *Alergeny : Gorczyca, gluten, jaja, ryby	-Pieczywo mieszane, margaryna -jajko gotowane -ser wegański -ogórek, salata -herbata z miodem i cytryną *Alergeny : Gorczyca, gluten,	-Pieczywo mieszane, margaryna -kielbasa żywiecka -dżem owocowy niskosłodzony -ogórek -Kakao (mleko sojowe, kakao, ksylitol) *Alergeny : Gorczyca, gluten,
II śniadanie	Smaczny owoc : jablko	Smaczny owoc : banan	-Koktajl bananowy (mleko sojowe, miód, banan) -Chrupki kukurydziane Alergeny: soja	Smaczny owoc : jablko	Smaczny owoc : gruszka
obiad	-Zupa kalafiorowa (bulion drobiowo-warzywny kalafior, marchew, seler, śmietanka wegańska, pietruszka, ziemniaki, sól, pieprz, koper) Lecco węgierskie z warzywami i kielbasą (kielbasa, konc. pomidorowy, pomidory, bakłazan, cukinia, papryka, seler, cebula, marchew, pietruszka sól, pieprz) -Kasza jęczmienna , -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) *Alergeny : Gorczyca, gluten, seler,	- Krupnik mazurski (bulion drobiowo-warzywny, kasza jęczmienna, marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, sól, pieprz, koper, ziola) Pieczona palka z kurczaka (palka z kurcz. sól, pieprz, ziola) -Ziemniaki -Marchewka z groszkiem (marchew, groszek, sól, pieprz) , -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) *Alergeny : Gorczyca, gluten, seler	-Zupa Harira z soczewicą (bulion mięsno -warzywny, soczewica, passata pom, ziemniaki, seler, papryka, cebula, marchew, pietruszka, sól, pieprz, ziola) -Ryż z jabłkiem (ryż, jablko) - Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) *Alergeny : Gorczyca ,seler,	Krem pomidorowy (bulion mięsno -warzywny, konc. pomidorowy, pomidory pelati, cebula ziemniaki, marchew, pietruszka, sól, pieprz olej rzep.) -Rolada drobiowa ze szpinakiem w sosie koperkowym (mięso z ud kurczaka, śmietana wegańska, szpinak, sól, pieprz, ziola) -Kasza bulgur -Surówka z czerwonej kapusty (kapusta czerwona, kukurydza, marchew, por, majonez, pieprz, sól) -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) *Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, jaja	-Rosół z makaronem (bulion mięsno -warzywny, makaron psz, marchew, pietruszka, seler, śmietana wegan, sól, pieprz) -Paluszki rybne -Ziemniaki -Surówka z kiszonej kapusty (kapusta kiszona, marchew, sól, pieprz) Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) *Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, ryby
podwieczorek	-Kisiel owocowy -Biszkopty Alergeny: gluten	-Pancakes (mąka psz. jaja, mleko sojowe, olej rz. cukier) -Kokosowy jogurt wegański Alergeny : gluten , jaja, soja	-Wytrawne buleczki ze szpinakiem (mąka psz, drożdże, szpinak, cukier, olej rze, sól, ziola) *Alergeny : gluten,	-Budyń waniliowy z sosem malinowo-porczkowym (skrobia zm. mleko sojowe, miód, maliny, czerw. porzeczka) *Alergeny: soja	-Ciasto marchewkowe (mąka psz, jaja, marchew, soda, cukier wanilinowy, olej rzep) *Alergeny : gluten, jaja



dietetyk.mniammniam@gmail.com



517-347-015




MniamMniamFit
MniamRestauracyjnie



mniamfit.pl




Menu tygodniowe 25-29.11 (dieta b/ laktozy b/ kiwi)

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> -Pieczywo mieszane, margaryna -szynka krakowska, -miód -ogórek -herbata z miodem i cytryną <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Pieczywo mieszane, margaryna, -ser wegański, szynka dr. -pomidor, salata Zupa mleczna : Płatki kukurydziane na mleku (mleko sojowe, płatki kukurydziane) -herbata z miodem i cytryną <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, soja</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Bulka kajzerka, margaryna -wędlina sopocka -Pasta z makreli (makrela, jaja, majonez, konc. pomidorowy, sól, pieprz) -marchew, ogórek kiszony -herbata owocowa <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, jaja, ryby</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Pieczywo mieszane, margaryna -jajko gotowane -ser wegański -ogórek, salata -herbata z miodem i cytryną <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten,</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Pieczywo mieszane, margaryna -kielbasa żywiecka -dżem owocowy niskosłodzony -ogórek -kakao (mleko sojowe, kakao, ksylitol) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, kakao</p>
II śniadanie	Smaczny owoc : jablko	Smaczny owoc : banan	<ul style="list-style-type: none"> -Koktajl bananowy (mleko sojowe, miód, banan) -Chrupki kukurydziane <p>Alergeny: soja</p>	Smaczny owoc : jablko	Smaczny owoc : gruszka
obiad	<ul style="list-style-type: none"> -Zupa kalafiorowa (bulion drobiowo-warzywny kalafior, marchew, seler, śmietanka wegańska, pietruszka, ziemniaki, sól, pieprz, koper) Lecco węgierskie z warzywami i kielbasą (kielbasa, konc. pomidorowy, pomidory, bakłazan, cukinia, papryka, seler, cebula, marchew, pietruszka sól, pieprz) -Kasza jęczmienna - Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler,</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Krupnik mazurski (bulion drobiowo-warzywny, kasza jęczmienna, marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, sól, pieprz, koper, ziola) Pieczona palka z kurczaka (palka z kurcz. sól, pieprz, ziola) -Ziemniaki -Marchewka z groszkiem (marchew, groszek, sól, pieprz) - Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Zupa Harira z soczewicą (bulion mięsno -warzywny, soczewica, passata pom, ziemniaki, seler, papryka, cebula, marchew, pietruszka, sól, pieprz, ziola) -Ryż z jabłkiem (ryż, jablko) - Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca ,seler,</p>	<ul style="list-style-type: none"> Krem pomidorowy (bulion mięsno -warzywny, konc. pomidorowy, pomidory pelati, cebula ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz olej rzep.) -Rolada drobiowa ze szpinakiem w sosie koperkowym (mięso z ud kurczaka, śmietana wegańska, szpinak, sól, pieprz, ziola) -Kasza bulgur -Surówka z czerwonej kapusty (kapusta czerwona, kukurydza, marchew, por, majonez, pieprz, sól) -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, jaja</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Rosół z makaronem (bulion mięsno -warzywny, makaron psz, marchew, pietruszka, seler, śmietana wegan, sól, pieprz.) -Paluszki rybne -Ziemniaki -Surówka z kiszonej kapusty (kapusta kiszona, marchew, sól, pieprz) Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, ryby</p>
podwieczorek	<ul style="list-style-type: none"> -Kisiel owocowy -Biszkopty <p>Alergeny: gluten</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Pancakes (mąka psz. jaja, mleko sojowe, olej rz. cukier) -Kokosowy jogurt wegański <p>Alergeny : gluten , jaja, soja</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Wytrawne buleczki ze szpinakiem (mąka psz, drożdże, szpinak, cukier, olej rze, sól, ziola) <p>*Alergeny : gluten,</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Budyń waniliowy z sosem malinowo-porczkowym (skrobia zm. mleko sojowe, miód, maliny, czerw. porzeczka) <p>*Alergeny: soja</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Ciasto marchewkowe (mąka psz, jaja, marchew, soda, cukier wanilinowy, olej rzep) <p>*Alergeny : gluten, jaja</p>




Menu tygodniowe 25-29.11 (dieta b/ mleka banana, jabłka)

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
śniadanie	<p>-Pieczywo mieszane, margaryna -szynka krakowska, -miód -ogórek -herbata z miodem i cytryną</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten</p>	<p>-Pieczywo mieszane, margaryna, -ser wegański, szynka dr. -pomidor, salata Zupa mleczna : Płatki kukurydziane na mleku (mleko sojowe, płatki kukurydziane) -herbata z miodem i cytryną</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, soja</p>	<p>-Bulka kajzerka, margaryna -wędlina sopočka -Pasta z makroli (makrela, jaja, majonez, konc. pomidorowy, sól, pieprz) -marchew, ogórek kiszony -herbata owocowa</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, jaja, ryby</p>	<p>-Pieczywo mieszane, margaryna -jajko gotowane -ser wegański -ogórek, salata -herbata z miodem i cytryną</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten,</p>	<p>-Pieczywo mieszane, margaryna -kielbasa żywiecka -dżem owocowy niskosłodzony -ogórek -kakao (mleko sojowe, kakao, ksylitol)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, kakao</p>
II śniadanie	<p>Smaczny owoc : gruszka</p>	<p>Smaczny owoc : gruszka</p>	<p>-Koktajl porzeczkowy (mleko sojowe, miód, czerw. porzeczka) -Chrupki kukurydziane</p> <p>Alergeny: soja</p>	<p>Smaczny owoc : gruszka</p>	<p>Smaczny owoc : gruszka</p>
obiad	<p>-Zupa kalafiorowa (bulion drobiowo-warzywny kalafior, marchew, seler, śmietanka wegańska, pietruszka, ziemniaki, sól, pieprz, koper) -Lecco węgierskie z warzywami i kielbasą (kielbasa, konc. pomidorowy, pomidory, bakłazan, cukinia, papryka, seler, cebula, marchew, pietruszka sól, pieprz) -Kasza jęczmienna , -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler,</p>	<p>- Krupnik mazurski (bulion drobiowo-warzywny, kasza jęczmienna, marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, sól, pieprz, koper, ziola) -Pieczona palka z kurczaka (palka z kurcz. sól, pieprz, ziola) -Ziemniaki -Marchewka z groszkiem (marchew, groszek, sól, pieprz) , -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler</p>	<p>-Zupa Harira z soczewicą (bulion mięsno -warzywny, soczewica, passata pom, ziemniaki, seler, papryka, cebula, marchew, pietruszka, sól, pieprz, ziola) -Sos Bolognese z warzywami (filet dr, koncentrat pom, seler, marchew, pietruszka, pomidory, palati, cebula, olej rzep, ziola) -Makaron psz. - Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca ,seler,</p>	<p>Krem pomidorowy (bulion mięsno -warzywny, konc. pomidorowy, pomidory palati, cebula ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz olej rzep.) -Rolada drobiowa ze szpinakiem w sosie koperkowym (mięso z ud kurczaka, śmietana wegańska, szpinak, sól, pieprz, ziola) -Kasza bulgur -Surówka z czerwonej kapusty (kapusta czerwona, kukurydza, marchew, por, majonez, pieprz, sól) -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, jaja</p>	<p>-Rosół z makaronem (bulion mięsno -warzywny, makaron psz, marchew, pietruszka, seler, śmietana wegan, sól, pieprz) -Paluski rybne -Ziemniaki -Surówka z kiszonej kapusty (kapusta kiszona, marchew, sól, pieprz) Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda)</p> <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, ryby</p>
podwieczorek	<p>-Kisiel owocowy -Biszkopty</p> <p>Alergeny: gluten</p>	<p>-Pancakes (mąka psz. jaja, mleko sojowe, olej rz. cukier) -Kokosowy jogurt wegański</p> <p>Alergeny : gluten , jaja, soja</p>	<p>-Wytrawne buleczki ze szpinakiem (mąka psz, drożdże, szpinak, cukier, olej rze, sól, ziola)</p> <p>*Alergeny : gluten,</p>	<p>-Budyń waniliowy z sosem malinowo-porzeczkowym (skrobia zm. mleko sojowe, miód, maliny, czerw. porzeczka)</p> <p>*Alergeny: soja</p>	<p>-Ciasto marchewkowe (mąka psz, jaja, marchew, soda, cukier wanilinowy, olej rzep)</p> <p>*Alergeny : gluten, jaja</p>




Menu tygodniowe 25-29.11 (dieta b/ mleka b/ soi, ryżu, jajek got.

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> -Pieczywo mieszane, margaryna -szynka krakowska, -miód -ogórek -herbata z miodem i cytryną <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Pieczywo mieszane, margaryna, -ser wegański, szynka dr. -pomidor, salata Zupa mleczna : Płatki kukurydziane na mleku (mleko owsiane, płatki kukurydziane) -herbata z miodem i cytryną <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten,</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Bulka kajzerka, margaryna -wędlina sopočka -Pasta z makroli (makrela, serek wegański, konc. pomidorowy, sól, pieprz) -marchew, ogórek kiszony -herbata owocowa <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, ryby</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Pieczywo mieszane, margaryna -ser wegański -ogórek, salata -herbata z miodem i cytryną <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten,</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Pieczywo mieszane, margaryna -kielbasa żywiecka -dżem owocowy niskosłodzony -ogórek -kakao (mleko owsiane, ksylitol, kakao) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten,</p>
II śniadanie	Smaczny owoc : jabłko	Smaczny owoc : banan	<ul style="list-style-type: none"> -Koktajl bananowy (mleko owsiane, miód, banan) -Chrupki kukurydziane 	Smaczny owoc : jabłko	Smaczny owoc : gruszka
obiad	<ul style="list-style-type: none"> -Zupa kalafiorowa (bulion drobiowo-warzywny kalafior, marchew, seler, śmietanka wegańska, pietruszka, ziemniaki, sól, pieprz, koper) Lecco węgierskie z warzywami i kielbasą (kielbasa, konc. pomidorowy, pomidory, bakłazan, cukinia, papryka, seler, cebula, marchew, pietruszka sól, pieprz) -Kasza jęczmienna , -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler,</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Krupnik mazurski (bulion drobiowo-warzywny, kasza jęczmienna, marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, sól, pieprz, koper, ziola) Pieczona palka z kurczaka (palka z kurcz. sól, pieprz, ziola) -Ziemniaki -Marchewka z groszkiem (marchew, groszek, sól, pieprz) , -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Zupa Harira z soczewicą (bulion mięsno -warzywny, soczewica, passata pom, ziemniaki, seler, papryka, cebula, marchew, pietruszka, sól, pieprz, ziola) -Sos Bolognese z warzywami (filet dr, koncentrat pom, seler, marchew, pietruszka, pomidory pelati, cebula, olej rzep, ziola) -Makaron psz. - Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca ,seler,</p>	<ul style="list-style-type: none"> Krem pomidorowy (bulion mięsno -warzywny, konc. pomidorowy, pomidory pelati, cebula ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz olej rzep.) -Rolada drobiowa ze szpinakiem w sosie koperkowym (mięso z ud kurczaka, śmietana wegańska, szpinak, sól, pieprz, ziola) -Kasza bulgur -Surówka z czerwonej kapusty (kapusta czerwona, kukurydza, marchew, por, majonez, pieprz, sól) -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, jaja</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Rosól z makaronem (bulion mięsno -warzywny, makaron psz, marchew, pietruszka, seler, śmietana wegan, sól, pieprz) -Paluszki rybne -Ziemniaki -Surówka z kiszonej kapusty (kapusta kiszona, marchew, sól, pieprz) Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, ryby</p>
podwieczorek	<ul style="list-style-type: none"> -Kisiel owocowy -Biszkopty <p>Alergeny: gluten</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Pancakes (mąka psz. jaja, mleko owsiane, olej rz. cukier) -Kokosowy jogurt wegański <p>Alergeny : gluten , jaja,</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Wytrawne buleczki ze szpinakiem (mąka psz, drożdże, szpinak, cukier, olej rze, sól, ziola) <p>*Alergeny : gluten,</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Budyń waniliowy z sosem malinowo-porczezkowym (skrobia zm. mleko owsiane, miód, maliny, czerw. porzeczkza) 	<ul style="list-style-type: none"> -Ciasto marchewkowe (mąka psz, jaja, marchew, soda, cukier wanilinowy, olej rzep) <p>*Alergeny : gluten, jaja</p>




Menu tygodniowe 25-29.11 (dieta b/ laktozy, orzechów, ciecierzycy)

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> -Pieczywo mieszane, margaryna -szynka krakowska, -miód -ogórek -herbata z miodem i cytryną <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Pieczywo mieszane, margaryna, -ser wegański, szynka dr. -pomidor, salata Zupa mleczna : Płatki kukurydziane na mleku (mleko sojowe, płatki kukurydziane) -herbata z miodem i cytryną <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, soja</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Bulka kajzerka, margaryna -wędlina sopocka -Pasta z makreli (makrela, jaja, majonez, konc. pomidorowy, sól, pieprz) -marchew, ogórek kiszony -herbata owocowa <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, jaja, ryby</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Pieczywo mieszane, margaryna -jajko gotowane -ser wegański -ogórek, salata -herbata z miodem i cytryną <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten,</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Pieczywo mieszane, margaryna -kielbasa żywiecka -dżem owocowy niskosłodzony -ogórek -kakao (mleko sojowe, kakao, ksylitol) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, kakao</p>
II śniadanie	Smaczny owoc : jablko	Smaczny owoc : banan	<ul style="list-style-type: none"> -Koktajl bananowy (mleko sojowe, miód, banan) -Chrupki kukurydziane <p>Alergeny: soja</p>	Smaczny owoc : jablko	Smaczny owoc : gruszka
obiad	<ul style="list-style-type: none"> -Zupa kalafiorowa (bulion drobiowo-warzywny kalafior, marchew, seler, śmietanka wegańska, pietruszka, ziemniaki, sól, pieprz, koper) Lecco węgierskie z warzywami i kielbasą (kielbasa, konc. pomidorowy, pomidory, bakłazan, cukinia, papryka, seler, cebula, marchew, pietruszka sól, pieprz) -Kasza jęczmienna - Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler,</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Krupnik mazurski (bulion drobiowo-warzywny, kasza jęczmienna, marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, sól, pieprz, koper, ziola) Pieczona palka z kurczaka (palka z kurcz. sól, pieprz, ziola) -Ziemniaki -Marchewka z groszkiem (marchew, groszek, sól, pieprz) - Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Zupa Harira z soczewicą (bulion mięsno -warzywny, soczewica, passata pom, ziemniaki, seler, papryka, cebula, marchew, pietruszka, sól, pieprz, ziola) -Ryż z jabłkiem (ryż, jablko) - Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca ,seler,</p>	<ul style="list-style-type: none"> Krem pomidorowy (bulion mięsno -warzywny, konc. pomidorowy, pomidory pelati, cebula ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz olej rzep.) -rolada drobiowa ze szpinakiem w sosie koperkowym (mięso z ud kurczaka, śmietana wegańska, szpinak, sól, pieprz, ziola) -Kasza bulgur -Surówka z czerwonej kapusty (kapusta czerwona, kukurydza, marchew, por, majonez, pieprz, sól) -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, jaja</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Rosół z makaronem (bulion mięsno -warzywny, makaron psz, marchew, pietruszka, seler, śmietana wegan, sól, pieprz) -Paluszki rybne -Ziemniaki -Surówka z kiszonej kapusty (kapusta kiszona, marchew, sól, pieprz) Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, ryby</p>
podwieczorek	<ul style="list-style-type: none"> -Kisiel owocowy -Biszkopty <p>Alergeny: gluten</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Pancakes (mąka psz. jaja, mleko sojowe, olej rz. cukier) -Kokosowy jogurt wegański <p>Alergeny : gluten , jaja, soja</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Wytrawne buleczki ze szpinakiem (mąka psz, drożdże, szpinak, cukier, olej rze, sól, ziola) <p>*Alergeny : gluten,</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Budyń waniliowy z sosem malinowo-porczezkowym (skrobia zm. mleko sojowe, miód, maliny, czerw. porzeczką) <p>*Alergeny: soja</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Ciasto marchewkowe (mąka psz, jaja, marchew, soda, cukier wanilinowy, olej rzep) <p>*Alergeny : gluten, jaja</p>



Menu tygodniowe 25-29.11 (dieta b/ laktozy, pomarańczy, mandarynek)

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> -Pieczywo mieszane, margaryna -szynka krakowska, -miód -ogórek -herbata z miodem i cytryną <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Pieczywo mieszane, margaryna, -ser wegański, szynka dr. -pomidor, salata Zupa mleczna : Płatki kukurydziane na mleku (mleko sojowe, płatki kukurydziane) -herbata z miodem i cytryną <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, soja</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Bulka kajzerka, margaryna -wędlina sopocka -Pasta z makreli (makrela, jaja, majonez, konc. pomidorowy, sól, pieprz) -marchew, ogórek kiszony -herbata owocowa <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, jaja, ryby</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Pieczywo mieszane, margaryna -jajko gotowane -ser wegański -ogórek, salata -herbata z miodem i cytryną <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten,</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Pieczywo mieszane, margaryna -kielbasa żywiecka -dżem owocowy niskosłodzony -ogórek -kakao (mleko sojowe, kakao, ksylitol) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, kakao</p>
II śniadanie	Smaczny owoc : jablko	Smaczny owoc : banan	<ul style="list-style-type: none"> -Koktajl bananowy (mleko sojowe, miód, banan) -Chrupki kukurydziane <p>Alergeny: soja</p>	Smaczny owoc : jablko	Smaczny owoc : gruszka
obiad	<ul style="list-style-type: none"> -Zupa kalafiorowa (bulion drobiowo-warzywny kalafior, marchew, seler, śmietanka wegańska, pietruszka, ziemniaki, sól, pieprz, koper) Lecco węgierskie z warzywami i kielbasą (kielbasa, konc. pomidorowy, pomidory, bakłazan, cukinia, papryka, seler, cebula, marchew, pietruszka sól, pieprz) -Kasza jęczmienna - Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler,</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Krupnik mazurski (bulion drobiowo-warzywny, kasza jęczmienna, marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, sól, pieprz, koper, ziola) Pieczona palka z kurczaka (palka z kurcz. sól, pieprz, ziola) -Ziemniaki -Marchewka z groszkiem (marchew, groszek, sól, pieprz) - Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Zupa Harira z soczewicą (bulion mięsno -warzywny, soczewica, passata pom, ziemniaki, seler, papryka, cebula, marchew, pietruszka, sól, pieprz, ziola) -Ryż z jabłkiem (ryż, jablko) - Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca ,seler,</p>	<ul style="list-style-type: none"> Krem pomidorowy (bulion mięsno -warzywny, konc. pomidorowy, pomidory pelati, cebula ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz olej rzep.) -rolada drobiowa ze szpinakiem w sosie koperkowym (mięso z ud kurczaka, śmietana wegańska, szpinak, sól, pieprz, ziola) -Kasza bulgur -Surówka z czerwonej kapusty (kapusta czerwona, kukurydza, marchew, por, majonez, pieprz, sól) -Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, jaja</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Rosół z makaronem (bulion mięsno -warzywny, makaron psz, marchew, pietruszka, seler, śmietana wegan, sól, pieprz) -Paluszki rybne -Ziemniaki -Surówka z kiszonej kapusty (kapusta kiszona, marchew, sól, pieprz) Kompot owocowy (mieszanka owoców, miód, woda) <p>*Alergeny : Gorczyca, gluten, seler, ryby</p>
podwieczorek	<ul style="list-style-type: none"> -Kisiel owocowy -Biszkopty <p>Alergeny: gluten</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Pancakes (mąka psz. jaja, mleko sojowe, olej rz. cukier) -Kokosowy jogurt wegański <p>Alergeny : gluten , jaja, soja</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Wytrawne buleczki ze szpinakiem (mąka psz, drożdże, szpinak, cukier, olej rze, sól, ziola) <p>*Alergeny : gluten,</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Budyń waniliowy z sosem malinowo-porczkowym (skrobia zm. mleko sojowe, miód, maliny, czerw. porzeczka) <p>*Alergeny: soja</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Ciasto marchewkowe (mąka psz, jaja, marchew, soda, cukier wanilinowy, olej rzep) <p>*Alergeny : gluten, jaja</p>

