

📅 **30.03.2026** **Poniedziałek**

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jajka, mleko, orzechy, sezam)

Bułka żytnia

Masło ekstra (z mleka)

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Rzodkiewka

Pasta rybna z makreli z pomidorami

Składniki: **makrela** w oleju, **jaja** kurze całe, cebula

Kakao

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

Obiad

Krupnik z kaszą jaglaną na wywarze warzywnym

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kasza jaglana, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Placki ziemniaczane pieczone w piecu

Składniki: ziemniaki, późne, mąka **pszenna**, typ 450, cebula, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, sól biała, pieprz, zioła prowansalskie

Marchewka súpki

Składniki: marchew

Kalarepa súpki

Składniki: kalarepa

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka)

Podwieczorek

Bułeczki cynamonowe

Składniki: mąka **pszenna**, typ 500, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, masło ekstra (z **mleka**), żółtko **jaja** kurzego, cukier, drożdże piekarskie, prasowane, cynamon

Owocowe miseczki

Składniki: banan, jabłko, mandarynki, pomarańcza, gruszka

Orzechy włoskie

📅 **31.03.2026** **Wtorek**

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jajka, mleko, orzechy, sezam)

Bułka żytnia

Masło ekstra (z mleka)

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Płatki kukurydziane na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, płatki kukurydziane

Herbata owocowa

SZYNKA WYKWINTNA (soja, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/siarczyny)

Obiad

Ryż biały

Gulasz drobiowy

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, woda, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy, cebula, pietruszka, korzeń, mąka **pszenna**, typ 450, **seler** korzeniowy, por, papryka słodka, liść laurowy, pieprz, sól biała, ziele angielskie

Zupa z soczewicy i marchewki

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, udo z kurczaka, soczewica czerwona, nasiona suche, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, ziele angielskie, majeranek, liść laurowy

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Owocowe miseczki

Składniki: banan, jabłko, mandarynki, pomarańcza, gruszka

Podwieczorek

Malinowe ptasie mleczko

Składniki: mleczko kokosowe, maliny, mrożone, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cukier, chia, nasiona (szalwia hiszpańska), żelatyna

Ciasto biszkoptowe I

Składniki: **jaja** kurze całe, mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, cukier, skrobia ziemniaczana

📅 **01.04.2026** **Środa**

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jajka, mleko, orzechy, sezam)

Bułka żytnia

Jajko gotowane

Składniki: **jaja** kurze całe

Kiełki rzodkiewki

Pomidorki koktajlowe

Kakao

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

Masło ekstra (z mleka)

Obiad

Barszcz biały z ziemniakami na wywarze warzywnym

Składniki: woda, kiełbasa biała parzona, ziemniaki, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Bitki schabowe w sosie własnym

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, woda, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450

Marchewka gotowana z masłem

Składniki: marchew, mrożona, masło ekstra (z **mleka**)

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Podwieczorek

Babka cytrynowa z lukrem

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, sok ze świeżej cytryny, olej rzepakowy, cukier, cukier puder, proszek do pieczenia (**pszenica**)

Owocowe miseczki

Składniki: banan, jabłko, mandarynki, pomarańcza, gruszka

Mleko krowie, 2% tłuszczu

Dzień wolny

Dzień wolny