

TRZYDNIÓWKA TYLKO MLEKO

- gofry budyniowe
- jajko na twardo
- papryka czerw.
- domowy chleb
- WODA
- pieczona szynka
- ziemniaki
- surówka z marchewki i jabłka z jogurtem
- WODA
- rosół z kaczki
- marchewka, pietruszka
- woda

- placki z serkiem poznańskim* z musem jabłkowym
- melon
- WODA
- gruszka
- WODA
- rosół z kaczki
- marchewka, pietruszka, brokuł, ziemniak
- makaron muszelki
- pieczona jaglanka z twarogiem cukinią*
- woda

- pasta jajeczna ze szczypiorkiem
- domowy chleb
- papryka czerwona
- ogórek zielony
- WODA
- banan
- WODA
- rosół z kaczki
- marchewka, pietruszka, brokuł, ziemniak
- makaron muszelki
- gofry ziemniaczane*
- woda

- placki kokosowo-jabłkowe*
- melon
- WODA
- koktajl z awokado, jarmużem i ogórkiem
- gotowana pierś z indyka
- batat
- mini marchewki
- omlet z siemieniem lnianym i płatkami owsianymi
- awokado

- jęczmianka z musem z gruszki, posypane amarantusem eksp.
- kiwi z amarantusem
- WODA

- rosół z makaronem kukurydzianym

- koktajl buraczano-jabłkowy

- placki bananowe ze słonecznikiem
- woda

- zapiekanka z mięsem mielonym i pure szpinakowo-ziemniaczanym

- placki jogurtowe z melonem
- woda

- jogurt kokosowy z siemieniem lnianym i amarantusem eksp.
- kiwi z amarantusem
- awokado
- zupa rybna z makaronem kukurydzianym
- pietruszka, marchewka
- pure ziemniaczano-szpinakowe
- marchewka pieczona
- buraczane pulpeciki rybne

- jaglanka z musem jabłkowym i wiórkami kokosowymi oraz borówkami
- zupa rybna z makaronem kukurydzianym
- marchewka
- mięso z indyka
- makaron świderki z pesto buraczano-szpinakowym
- placki bananowo-jabłkowe

- buraczany omlet z jabłkiem
- pszenne makaron kokardki
- brokuły
- buraczane pulpeciki rybne
- kokosowo-bananowe placki* z cynamonem

- placki kokosowo-jabłkowe*
- kasza jaglana
- potrawka z soczewicą, ziemniakami, żółtą fasolką i mlekiem kokosowym
- mięsne kotleciki z natką pietruszki
- placki jabłkowo-bananowe

- daktylowy omlet* z jogurtem naturalnym i musem gruszkowym*
- zupa pomidorowa z makaronem świderki
- marchewka
- pietruszka
- ryż z potrawką z soczewicą, ziemniakami, fasolką i mlekiem koko
- mięsne kotleciki z natką pietruszki
- naleśnik pieczony z siemieniem lnianym, suszoną śliwką i bananem
- awokado

3 miesiąc RD
8 m.ż. dziecka



BLW DZIEŃ PO DNIU

- zapiekany ryż z musem jabłkowym i cynamonem - woda	- szpinakowe placki z gofrownicy ;)	- płatki jęczmiennie-owsiane z chia, bananem i ekspandowaną kaszą jaglaną oraz kiwi	- płatki jęczmiennie-owsiane z chia, bananem i ekspandowaną kaszą jaglaną - banan	- omlet marchewkowy	- omlet orzechowy - nerkowce - kiwi	- marchewkowe placki z tofu* - papryka czerwona - jajko na twardo
- koktajl z jarmużem, pomarańczą i imbirem	- ziemniaki - brokuł - rybne pulpety gotowane - kasza gryczana niepalona z soczewicą	- ziemniaki - pietruszka - pulpety pieczone z mięsa mielonego - marchewka	- ziemniaki - marchewka - pulpety pieczone z mięsa mielonego	- ziemniak, - kilka świderków makaronu - brokuł - rybne pulpety gotowane - marchewka	- koktajl szpinakowo-pietruszkowy - brokuł - pieczone pulpety z mięsa mielonego - ryż jaśminowy	- kukurydziany makaron świderki z sosem z passatą pomidorową, soczewicą i szpinakiem
- bezglutenowe racuchy z jabłkiem - woda	- domowy chleb z masłem - awokado - papryka czerwona	- ziemniaki - pietruszka, marchewka - domowy chleb z masłem	- omlet daktylowy*		- kokosowo-bananoowe placki z czarnym sezamem*	- marchewkowe placki z tofu*
- fit omlet z płatkami owsianymi, migdałami i śliwką suszoną* - jogurt kokosowy z amarantusem ekspandowanym i siemieniem lnianym - banan - ziemniaki - marchewka baby - pulpety pieczone z mięsa mielonego - gofry dyniowe z masłem orzechowym i sezamem*	- jogurt kokosowy - pszenny makaron kokardki z sosem z passatą pomidorową, soczewicą i szpinakiem - rulon z jajka z ziołami prowansalskimi	- twarożek z tarkowanym zielonym ogórkiem i rzodkiewką (+zioła) - kukurydziany makaron literki - mięso z perliczki z rosółu - rosół z perliczki i indyka - ziemniaki - rybne pulpety gotowane - tarkowana marchewka z jabłkiem i śmietaną - bananowe placki z pestkami dynii i własnym musem gruszkowym*	- koktajl śliwkowo-jarmużowy z płatkami jaglanymi - zupa ogórkowa z warzywami - frytki z batatów, ziemniaki - pieczona pierś z kaczki - marchewka baby - brokuł - omlet jabłkowy*	- owsianka z bananem, prażonym sezamem, kiwi i nerkowcami - zupa ogórkowa z warzywami - kukurydziany makaron rurki z sosem z passatą pomidorową, soczewicą i szpinakiem - śliwkowo-jarmużowe placki z sezamem	- domowy chleb z masłem - ogórek zielony - papryka czerwona - ryż - gulasz z indyka - papryka czerwona - omlet amarantusowy*	- cukiniowe gofry z borówkami - cukiniowe gofry z borówkami - zupa ogórkowa z warzywami - pieczony naleśnik ze śliwką*