



## MENU - WAKACJE NA FALI 2023

### PONIEDZIAŁEK

**Śniadanie** – parówki (soja, gluten), ketchup, ser żółty (mleko), dżem (orzeszki arachidowe), warzywa sezonowe, masło (mleko), pieczywo (gluten), herbatka

**Alergeny: soja, mleko, gluten, orzeszki arachidowe**

**Obiad** - barszczyk biały z grzankami (gluten, mleko), spaghetti bolognese (gluten, jaja), fasolka szparagowa z wody, kompot

Wegetariański: zupa warzywna, spaghetti wegetariańskie (gluten, mleko), fasolka szparagowa z wody, kompot

Bez laktozy: zupa warzywna, spaghetti bolognese (gluten), fasolka szparagowa z wody, kompot

**Alergeny: gluten, mleko, jaja**

**Podwieczorek** – naleśnik serem/dżemem (soja, gluten, mleko), soczek

Wegetariański: naleśnik serem/dżemem (soja, gluten, mleko), soczek

Bez laktozy: naleśniki (bez mleka) z dżemem (soja, gluten), soczek

**Alergeny: soja, gluten, mleko**

### WTOREK

**Śniadanie** – płatki czekoladowe z mlekiem (mleko), polędwica sopocka (soja, gluten), ser żółty (mleko), masło (mleko), warzywa sezonowe, herbatka, pieczywo (gluten)

**Alergeny: soja, mleko, gluten**

**Obiad** – rosół z makaronem (gluten, jaja, seler), nuggetsy z kurczaka (gluten, mleko), żółty ryż, surówka, kompot

Wegetariański: zupa brokułowa, kotlet serowo – kalafiorowy (gluten, mleko), żółty ryż, surówka, kompot

Bez laktozy: rosół z makaronem (gluten, jaja, seler), kotlecik drobiowy (gluten), żółty ryż, surówka, kompot

**Alergeny: soja, mleko, gluten, seler**

**Podwieczorek** – croissant z czekoladą (gluten, jaja, mleko), jogurt (mleko), napój

Bez laktozy: kisiel owocowy, owoc, napój

**Alergeny: soja, mleko, gluten, jaja**

### ŚRODA

**Śniadanie** – płatki miodowe na mleku (gluten, mleko, soja), salami, ser żółty (mleko), dżem (orzeszki arachidowe), warzywa sezonowe, masło (mleko), pieczywo (gluten), herbatka

Bez laktozy: mleko bez laktozy

**Alergeny: soja, mleko, gluten, orzeszki arachidowe**

**Obiad** – barszcz czerwony zabieleny (mleko, gluten), klopsik w sosie pomidorowym, kasza, surówka (gluten, jaja, mleko), kompot



## Aquapark FALA

Wegetariański: krem z warzyw, pierogi z owocami (gluten), kompot

Bez laktozy: krem z warzyw, pierogi z owocami (gluten), kompot

**Podwieczorek** – hot-dog francuski z parówką (gluten, soja), soczek

Wegetariański: frytki (gluten, soja), soczek

Bez laktozy: frytki (gluten, soja), soczek

**Alergeny: soja, mleko, gluten, seler, jaja**

### CZWARTEK

**Śniadanie** – serek topiony (mleko, soja, gluten), salami (soja, gluten), ser żółty (mleko), sałata, dżem (orzeszki arachidowe), warzywa sezonowe, masło (mleko), pieczywo mieszane (gluten), herbatka

**Alergeny: soja, mleko, gluten, orzeszki arachidowe**

**Obiad** – pomidorowa z makaronem (gluten, seler, jaja, mleko), filet z kurczaka panierowany (gluten, jaja), ziemniaki, marchewka z groszkiem (gluten), kompot Wegetariański: zupa warzywna (mleko), placki ziemniaczane (gluten), marchewka z groszkiem (gluten), kompot

Bez laktozy: zupa warzywna, filet z kurczaka soute (gluten, jaja), ziemniaki, marchewka z groszkiem (gluten), kompot

**Alergeny: soja, mleko, gluten, seler**

**Podwieczorek** – serek homogenizowany (mleko), bułka słodka (gluten, jaja, mleko), napój

Bez laktozy: sałatka owocowa, napój

**Alergeny: soja, mleko, gluten, jaja**

### PIATEK

**Śniadanie** – płatki kukurydziane na mleku (mleko, gluten), polędwica sopocka (gluten, soja), ser żółty (mleko), dżem (orzeszki arachidowe), masło (mleko), warzywa sezonowe, pieczywo (gluten), herbatka

Bez laktozy: mleko bez laktozy

**Alergeny: soja, mleko, gluten, orzeszki arachidowe**

**Obiad** – jarzynowa z ziemniakami (mleko, gluten), filet z mintaja (gluten, jaja, ryby i skorupiaki), ziemniaki opiekane, surówka z kiszzonej kapusty, kompot

Wegetariański: zupa kalafiorowa (mleko), filet z mintaja (gluten, jaja, ryby i skorupiaki), ziemniaki opiekane, surówka z kiszzonej kapusty, kompot

**Alergeny: soja, mleko, gluten, seler, jaja, ryby, skorupiaki**

**Podwieczorek** – mus owocowy, bułka maślana (gluten, mleko), soczek

Bez laktozy: mus owocowy, chrupki kukurydziane, soczek

**Alergeny: soja, mleko, gluten**