

PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK	
ŚNIADANIE		ŚNIADANIE		ŚNIADANIE		ŚNIADANIE		ŚNIADANIE	
GRAMA TURA	GRAMA TURA	GRAMA TURA	GRAMA TURA	GRAMA TURA	GRAMA TURA	GRAMA TURA	GRAMA TURA	GRAMA TURA	GRAMA TURA
Chleb mieszany	50g	Bułka grahanka	80g	Chleb razowy	40g	Bułka kajzerka	60g	Chleb mieszany	50g
Masło	15g	Masło	15g	Masło	15g	Masło	15g	Masło	15g
Szynka drobiowa	15g	Ser żółty	20g	Szynkówka	15g	Twaróg ze szczypiorkiem	15g	Pasta jajeczna	15g
pomidor	10g	sałata	10g	Ogórek kiszony	10g	pomidor	10g	Ogórek świeży	10g
Płatki kukurydziane na mleku	300 ml	dżem	5g	Herbata malinowa	250 ml	miód	10g	Herbata malinowa	250ml
Herbata owocowa	250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem	300 ml	Kasza manna na mleku	300 ml	Kakao	300ml	Płatki owsiane na mleku	300ml
ALERGENY: 1, 6, 7		ALERGENY: 1, 7		ALERGENY: 1, 7, 10		ALERGENY: 1, 7		ALERGENY: 1, 3, 7, 10	
<b>OBIAD</b>		<b>OBIAD</b>		<b>OBIAD</b>		<b>OBIAD</b>		<b>OBIAD</b>	
Zupa ziemniaczana	300ml	Zupa ogórkowa z ryżem	300 ml	Zupa fasolowa z ziemniakami	300 ml	Zupa selerowa	300ml	Zupa owocowa z makaronem	300ml
Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym	300g	Ziemniaki	150 g	Makaron z sosem bolońskim mięsem i warzywami	300g	Ziemniaki	150g	Ziemniaki	150g
		Kotlet meksykański w sosie pomidorowym	150 g			Shoarma z warzywami	150g	Paluszki rybne	100g
								Surówka z kapusty pekińskiej	100g
Woda z cytryną	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Woda z cytryną	200 ml	Woda z cytryną	200ml
ALERGENY: 7		ALERGENY: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11		ALERGENY: 1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11		ALERGENY: 9		ALERGENY: 1, 3, 4, 10	
<b>PODWIECZOREK</b>		<b>PODWIECZOREK</b>		<b>PODWIECZOREK</b>		<b>PODWIECZOREK</b>		<b>PODWIECZOREK</b>	
Gruszka 1szt., chrupki kukurydziane 20g, herbata 200ml		Budyń śmietankowy z musem truskawkowym 200g		Marchewka 50g, herbatniki 20g, herbata 200ml		Jogurt owocowy 200g, biszkopty 20g		Bułka masłana z dżemem 1szt., herbata 200ml	
ALERGENY: 5, 6, 7, 11		ALERGENY: 3, 7		ALERGENY: 1, 3, 7		ALERGENY: 5, 6, 7, 11		ALERGENY: 1, 3, 7	
ŚNIADANIE 468kcal		ŚNIADANIE 395kcal		ŚNIADANIE 418kcal		ŚNIADANIE 489kcal		ŚNIADANIE 478kcal	
OBIAD 717kcal		OBIAD 575kcal		OBIAD 642kcal		OBIAD 363kcal		OBIAD 598kcal	
PODWIECZOREK 270kcal		PODWIECZOREK 162kcal		PODWIECZOREK 227kcal		PODWIECZOREK 206kcal		PODWIECZOREK 429kcal	

1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne, 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzechy ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, 6. Soja i produkty pochodne, 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczyny, 13. Łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne