

Dzień 01.02.2024 Czwartek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Dżem 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Dżem 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt. Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Ser topiony plaster ² 1szt.
OWOC	Jabłko 1szt.	Jabłko 1szt.	Jabłko pieczone 1szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Szynka 25g
Obiad	Barszcz ukraiński ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Gołąbek bez zwijania ^{1,4} 120g Sos pomidorowy ^{1,2,3} 120g Kapusta biała gotowana 120g	Barszcz ukraiński ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Gołąbek bez zwijania ^{1,4} 120g Sos pomidorowy ^{1,2,3} 120g Warzywa paski ³ 120g	Barszcz ukraiński ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Gołąbek bez zwijania ^{1,4} 120g Sos pomidorowy ^{1,2,3} 120g Kapusta biała gotowana 120g
Podwieczorek	Mus owocowy 1szt.	Mus owocowy 1szt.	Sok warzywny 1szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Szynka 50g Ser topiony trójkąt ² 1szt.	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Szynka 50g Ser topiony trójkąt ² 1szt.	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Szynka 50g Ser topiony trójkąt ² 1szt.

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – łubin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



Dzień 02.02.2024 Piątek	Dieta podstawowa	Dieta fatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Jajecznica ⁴ 100g Serek topiony kremowy ² 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Omlet ⁴ 1szt. Jajecznica ⁴ 100g ŻOŁĄDKOWA: Jajecznica z białek⁴ 100g	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Jajecznica ⁴ 100g Serek topiony kremowy ² 1szt
OWOC	Banan 1szt.	Banan 1szt.	Grejpfrut ½ szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Serek śmietankowy ² 1szt.
Obiad	Krupnik z kaszą ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Ryba smażona ^{1,4,5} 120g Surówka z kiszonej kapusty 120g	Krupnik z kaszą ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Ryb gotowana ^{1,4,5} 120g Sos porowy ^{1,2,3} 120g Brokuł 120g	Krupnik z kaszą ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Ryb gotowana ^{1,4,5} 120g Sos porowy ^{1,2,3} 120g Brokuł 120g
Podwieczorek	Deser ryżowy ² 1szt.	Deser ryżowy ² 1szt.	Wafle ryżowe 2szt. Hummus 50g
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Pasta twarogowo-warzywna ^{2,3} 50g Miód 1szt.	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Pasta twarogowo-warzywna ^{2,3} 50g Miód 1szt.	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Pasta twarogowo-warzywna ^{2,3} 50g Ser topiony plaster ² 1szt

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – tulin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



Dzień 03.02.2024 Sobota	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paprykarz ^{1,2,4} 50g Serek śmietankowy ² 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek śmietankowy ² 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paprykarz ^{1,2,4} 50g Serek śmietankowy ² 1szt.
OWOC	Gruszka 1szt.	Banan 1szt.	Gruszka 1szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Ser topiony plaster ² 1szt.
Obiad	Jarzynowa z soczewicą ^{1,2,3} 350ml Makaron ¹ 200g Sos warzywny z kurczakiem ^{1,2,3} 200g	Jarzynowa z soczewicą ^{1,2,3} 350ml Makaron ¹ 200g Sos warzywny z kurczakiem ^{1,2,3} 200g	Jarzynowa z soczewicą ^{1,2,3} 350ml Makaron RAZOWY ¹ 200g Sos warzywny z kurczakiem ^{1,2,3} 200g
Podwieczorek	Babka piaskowa ^{1,2,4} 50g	Babka piaskowa ^{1,2,4} 50g	Pieczone warzywa 100g Dip jogurtowy ² 50g
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Sałatka jarzynowa ^{2,3,4} 150g Szynka 30g	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Sałatka jarzynowa ^{2,3,4} 150g Szynka 30g	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Sałatka jarzynowa ^{2,3,4} 150g Szynka 30g

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – tulin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



Dzień 04.02.2024 Niedziela	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielonina) 50g Szynka 50g Dżem 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielonina) 50g Szynka 50g Dżem 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielonina) 50g Szynka 50g Ser topiony trójkąt ² 1szt.
OWOC	Mandarynka 1szt.	Jabłko pieczone 1szt.	Mandarynka 1szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Serek śmietankowy ² 1szt.
Obiad	Rosół z makaronem ^{1,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Imperial smażony ^{1,2,4} 120g Surówka z czerwonej kapusty ² 120g	Rosół z makaronem ^{1,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Imperial gotowany ^{1,2,4} 120g Sos pieczarkowy ^{1,2,3} 120g Bukiet warzyw 120g	Rosół z makaronem ^{1,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Imperial gotowany ^{1,2,4} 120g Sos pieczarkowy ^{1,2,3} 120g Bukiet warzyw 120g
Podwieczorek	Kaszka manna z owocami ^{1,2} 1szt.	Kaszka manna z owocami ^{1,2} 1szt.	Koktajl mleczny kakaowy b/c 200ml
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Papryka 50g Galantyna mięsna 150g	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Galantyna mięsna 150g	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Galantyna mięsna 150g

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – tubin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



Dzień 05.02.2024 Poniedziałek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paszтет lekki ^{1,2,6} 50g Serek topiony kremowy ² 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszen ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paszтет lekki ^{1,2,6} 50g Serek topiony kremowy ² 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paszтет lekki ^{1,2,6} 50g Serek topiony kremowy ² 1szt.
OWOC	Gruszka 1szt.	Banan 1szt.	Gruszka 1szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Jajo gotowane ⁴ 1szt.
Obiad	Żurek lekki ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Kotlet schabowy ^{1,2,4} 120g Surówka meksykańska ² 120g	Żurek lekki ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Szynka gotowana 120g Sos ziołowy ^{1,2,3} 120g Marchewka gotowana 120g	Żurek lekki ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Szynka gotowana 120g Sos ziołowy ^{1,2,3} 120g Surówka meksykańska ² 120g
Podwieczorek	Mini rogalik ^{1,2,4} 1szt.	Mini rogalik ^{1,2,4} 1szt.	Zielone smoothie ² 250ml
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Pasta z pieczonej ryby ^{2,5} 50g Serek śmietankowy 1szt.	Chleb pszen ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Pasta z pieczonej ryby ^{2,5} 50g Serek śmietankowy 1szt.	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Pasta z pieczonej ryby ^{2,5} 50g Serek śmietankowy 1szt.

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – tulin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



Dzień 06.02.2024 Wtorek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Serek chrzanowy ² 50g Szynka 30g	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Serek chrzanowy ² 50g Szynka 30g	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Serek chrzanowy ² 50g Szynka 30g
OWOC	Jabłko 1szt.	Jabłko 1szt.	Kiwi 1szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Ser żółty ² 25g
Obiad	Krem z zielonych warzyw ^{1,2,3} 350ml Kasza ¹ 200g Strogonow ^{1,2} 200g Buraczki 120g	Krem z zielonych warzyw ^{1,2,3} 350ml Kasza ¹ 200g Strogonow lekki ^{1,2} 200g Buraczki 120g	Krem z zielonych warzyw ^{1,2,3} 350ml Kasza ¹ 200g Strogonow lekki ^{1,2} 200g Buraczki 120g
Podwieczorek	Ciasto drożdżowe z owocami ^{1,2,4} 1szt.	Ciasto drożdżowe z owocami ^{1,2,4} 1szt.	Sok warzywny 1szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek kiszony 50g Szynka 50g Ser topiony plaster ² 1szt.	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g, Szynka 50g Ser topiony plaster ² 1szt.	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek kiszony 50g Szynka 50g Ser topiony plaster ² 1szt.

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – tulin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



Dzień 07.02.2024 Środa	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zelenina) 50g Szynka 50g Miód 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zelenina) 50g Szynka 50g Miód 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zelenina) 50g Szynka 50g Serek śmietankowy ² 1szt.
OWOC	Banan 1szt.	Banan 1szt.	Grejpfrut ½ szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Ser topiony plaster ² 1szt.
Obiad	Zupa porowa ^{1,2,3} 350ml Pierogi z mięsem ¹ 8szt.	Zupa porowa ^{1,2,3} 350ml Pierogi z serem na słodko ^{1,2} 8szt.	Zupa porowa ^{1,2,3} 350ml Pierogi z mięsem ¹ 8szt.
Podwieczorek	Owocowo-warzywne smoothie 250ml	Owocowo-warzywne smoothie 250ml	Owocowo-warzywne smoothie 250ml
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek konserwowy 50g Pasta jajeczna ^{2,4} 50g Szynka 30g	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta jajeczna ^{2,4} 50g Szynka 30g ŻOŁĄDKOWA: Omlet z białek² 1szt.	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek konserwowy 50g Pasta jajeczna ^{2,4} 50g Szynka 30g

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – tulin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



Dzień 08.02.2024 Czwartek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zelenina) 50g Parówka 1szt. Ketchup 1szt. Ser topiony trójkąt ² 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zelenina) 50g Parówka 1szt. Ketchup 1szt. Ser topiony trójkąt ² 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zelenina) 50g Parówka 1szt. Ketchup 1szt. Ser topiony trójkąt ² 1szt.
OWOC	Jabłko 1szt.	Jabłko 1szt.	Jabłko pieczone 1szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Szynka 25g
Obiad	Krem z białych warzyw ^{1,2,3} 350ml Ryż 200g Filet a'la pizza ² 120g Sos musztardowy ^{1,2,3,9} 120g Fasolka szparagowa 120g	Krem z białych warzyw ^{1,2,3} 350ml Ryż 200g Filet z kurczaka gotowany 120g Sos musztardowy ^{1,2,3,9} 120g Kalafior 120g	Krem z białych warzyw ^{1,2,3} 350ml Ryż 200g Filet z kurczaka gotowany 120g Sos musztardowy ^{1,2,3,9} 120g Fasolka szparagowa 120g
Podwieczorek	Granola z jogurtem naturalnym i owocami ^{1,2} b/c 200g	Granola z jogurtem naturalnym i owocami ^{1,2} b/c 200g	Granola z jogurtem naturalnym i owocami ^{1,2} b/c 200g
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Szynka 50g Serek śmietankowy ² 1szt.	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Szynka 50g Serek śmietankowy ² 1szt.	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Szynka 50g Serek śmietankowy ² 1szt.

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – tubin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



Dzień 09.02.2024 Piątek	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zelenina) 50g Serek czosnkowy ² 50g Dżem 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zelenina) 50g Serek czosnkowy ² 50g Dżem 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zelenina) 50g Serek czosnkowy ² 50g Szynka 30g
OWOC	Gruszka 1szt.	Banan 1szt.	Gruszka 1szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Ser topiony trójkąt ² 1szt.
Obiad	Jarzynowa z ziemniakami ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Jajo sadzone ⁴ 2szt. Warzywa paski ³ 120g	Jarzynowa z ziemniakami ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Jajo sadzone ⁴ 2szt. Warzywa paski ³ 120g ŻOŁĄDKOWA: Omlet z białek⁴ 2szt.	Jarzynowa z ziemniakami ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Jajo sadzone ⁴ 2szt. Warzywa paski ³ 120g
Podwieczorek	Wafle ryżowe w polewie ² 1szt.	Wafle ryżowe w polewie ² 1szt.	Sok warzywny 1szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Papryka 50g Pasta z tuńczyka ^{2,3,5} 50g Serek topiony kremowy ² 1szt.	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z tuńczyka ^{2,3,5} 50g Serek topiony kremowy ² 1szt.	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Papryka 50g Pasta z tuńczyka ^{2,3,5} 50g Serek topiony kremowy ² 1szt.

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – tulin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



Dzień 10.02.2024 Sobota	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zelenina) 50g Twaróg ² 50g Szynka 30g	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zelenina) 50g Twaróg ² 50g Szynka 30g	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zelenina) 50g Twaróg ² 50g Szynka 30g
OWOC	Mandarynka 1szt.	Jabłko pieczone 1szt.	Mandarynka 1szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Paszтет lekki ^{1,2,6} 25g
Obiad	Zupa gołąbkowa ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Wątróbka smażona 120g Kapusta kiszona gotowana 120g	Zupa gołąbkowa ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Wątróbka gotowana w sosie 200g Bukiet warzyw 120g	Zupa gołąbkowa ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Wątróbka gotowana w sosie 200g Bukiet warzyw 120g
Podwieczorek	Koktajl mleczny owocowy b/c ² 250ml	Koktajl mleczny owocowy b/c ² 250ml	Koktajl mleczny owocowy b/c ² 250ml
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Sałatka makaronowa ^{1,2,4} 150g Szynka 30g	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Sałatka makaronowa ^{1,2,4} 150g Szynka 30g	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Sałatka makaronowa ^{1,2,4} 150g Szynka 30g

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – tulin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.

