

<i>Poniedziałek</i> 19.12.2016			
śniadanie	obiad		podwieczorek
kasza manna na mleku, mieszane pieczywo z masłem, żółty ser, sałata, ogórek, herbata z miodem,	krupnik z kaszy jęczmiennej z zieleniną, jajko w sosie koperkowym, ziemniaki, sałatka z pomidora i cebulki, kompot wieloowocowy, pomarańcza,	250-350g 85-100g 150-300g 85-100g 150-200g 85-100g	rogal drożdżowy, serek homogenizowany, pomarańcza,
alergeny			
mleko,gluten,	mleko,gluten,seler,jajko,		mleko,gluten,jaja,
Kaloryczność na trzy posiłki: 998 kcal			
<i>Wtorek</i> 20.12.2016			
płatki ryżowe na mleku, mieszane pieczywo z masłem, wędlina, sałata, papryka, herbata z miodem,	zupa jarzynowa z ziemniakami i zieleniną, spaghetti z sosem mięsno- pomidorowym i żółtym serem, surówka z kiszzonej kapusty i marchwi, herbata z cytryną, mandarynka,	250-350g 150-250g 85-100g 150-200g 85-100g	czekolada na gorąco, wafel ryżowo-zbożowe, mandarynka,
alergeny			
mleko,gluten,	seler,gluten,mleko,jaja,		mleko,gluten,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1105 kcal			
<i>Środa</i> 21.12.2016			
kawa zbożowa na mleku, mieszane pieczywo z masłem, biały ser, szczypior, rzodkiewka, herbata z miodem,	biała ryżanka z zieleniną, gulasz wołowy, ziemniaki, sałatka z czerwonego buraka i cebuli, herbata owocowa,	250-350g 85-95g 150-300g 85-100g 150-200g	jogurt owocowy, bułka maślana, marchew,
alergeny			
mleko,gluten	gluten,seler,mleko,		mleko,gluten,jaja,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1010 kcal			
<i>Czwartek</i> 22.12.2016			
płatki owsiane na mleku, mieszane pieczywo z masłem, jajko na twardo, sałata, szczypior, pomidor, herbata z miodem,	zupa ogórkowa, zabieleną z ziemniakami i koprem, makaron z białym serem i musem truskawkowym, kompot wieloowocowy, pomarańcza,	250-350g 250-350g 150-200g 85-100g	bułka kajzerka z masłem i wędliną, sałata, papryka, ogórek, herbata owocowa, pomarańcza,
alergeny			
mleko,gluten,jaja,	mleko,gluten,seler,jaja,		mleko,jajko,gluten,
Kaloryczność na trzy posiłki: 980 kcal			
<i>Piątek</i> 23.12.2016			
kluski lane na mleku, mieszane pieczywo z masłem, biały ser, rzodkiewka, szczypior, papryka, herbata z miodem,	krupnik jaglany z zieleniną, ryba smażona, ziemniaki, surówka z białej kapusty i marchwi, sok jabłkowy,	250-350g 95-110g 150-300g 85-100g 150-200g	bułka graham z masłem i warzywami, mięta, mandarynka,
alergeny			
mleko,gluten,jaja,	mleko,jajko,seler,gluten,ryba,		mleko,gluten,jaja,
Kaloryczność na trzy posiłki: 1050 kcal			